

Saimaan ammattikorkeakoulu  
Sosiaali- ja terveysala, Lappeenranta  
Sosiaalialan koulutusohjelma

Anni Leminen

# **ETELÄ-SAIMAAN A-KILTA PÄIHDEKUNTOUTUJAN TUKENA**

Opinnäytetyö 2011

## TIIVISTELMÄ

Anni Leminen

Etelä-Saimaan A-killan päihdekuntoutujan tukena, 38 sivua

Saimaan ammattikorkeakoulu

Sosiaali- ja terveysala, sosiaalialan koulutusohjelma

Opinnäytetyö 2011

Ohjaaja: Lehtori Kari Muhonen, Saimaan ammattikorkeakoulu

Tässä opinnäytetyössä tutkittiin Etelä-Saimaan A-killan toimintaa päihdekuntoutujan näkökulmasta. Tutkimuksen tavoitteena oli tuoda esille päihdekuntoutujien ajatuksia Etelä-Saimaan A-killan merkityksestä heille. A-killat ovat itsenäisiä, rekisteröityjä yhdistyksiä, jotka tarjoavat paikkakunnallaan päihdetoipujille vertaistukea ja päihteetöntä toimintaa. Tutkimuksessa selvitettiin, mitkä ovat A-killatoiminnan voimavaroja, mikä saa päihdekuntoutujan lähtemään mukaan toimintaan, mitä hyötyä toiminnasta on päihdekuntoutujalle, mitkä asiat ovat haitaksi tai uhkaavat toimintaa ja miten toimintaa voisi kehittää.

Kohdejoukkona opinnäytetyössä olivat Etelä-Saimaan A-killan toimintaan keväällä 2011 osallistuneet henkilöt. Aineiston keruumenetelmänä oli teemahaastattelu, joka toteutettiin yksilöhaastatteluina keväällä 2011. Aineisto analysoitiin aineistolähtöisellä sisällönanalyysillä, eli alkuperäisilmauksista muodostettiin ala-, ylä- ja pääluokkia. Pääluokista muodostuivat tutkimuksen teemat.

Tutkimuksen perusteella A-killaan hakeudutaan sosiaalisen elämän, ilmapiirin, auttamisen tarpeen ja johonkin kuulumisen tarpeen vuoksi. Toiminnan voimavaroiksi koettiin vertaisuus, yksilön valinnan vapaus ja muut toiminnan ominaispiirteet. Päihdekuntoutujan näkökulmasta tarkasteltuna Etelä-Saimaan A-killan toiminnasta on psyykkistä, sosiaalista ja konkreettista hyötyä. Toiminnan haittoina ja uhkina nähtiin tila- ja rahaongelmat, toimijoiden ja asiakasmäärien väheneminen, toiminnan ja tarpeen välinen ristiriita sekä yhteistyöhön liittyvät ongelmat. Tulosten mukaan toimintaa tulisi kehittää monipuolisemmaksi, ja yhteistyötä muiden päihdepalvelujen kanssa sekä työntekijöitä tulisi lisätä. Tulokset tukevat sitä, että vertaistoiminnalla on paikkansa päihdepalveluita täydentävänä tukimuotona. Vertaistukitoimintaa ei voida kilpailuttaa eikä laittaa laatumittariin, mutta siitä on kuitenkin selvästi hyötyä päihdekuntoutujille. Etelä-Saimaan A-killan toiminta on yksi näistä vertaistuellisista toimintamuodoista, jotka tukevat päihdekuntoutujia heidän omissa kuntoutumistavoitteissaan.

Asiasanat: vertaistuki, päihderiippuvuus, päihdekuntoutuja, A-killat

## **ABSTRACT**

Anni Leminen

South-Saimaa's "A-kilta" for the support of substance abusers, 38 pages

Saimaa University of Applied Sciences, Lappeenranta

Health Care and Social Services, Degree Programme in Social Services

Bachelor's Thesis 2011

Instructor: Senior Lecturer Kari Muhonen

The purpose of this research was to find out how substance abusers see the South-Saimaa "A-kilta's" mission. "A-Kiltas" are independent registered associations providing support to living without substances and offering alternative activities. The objective of the study was to examine why abusers join "A-Kilta", what are the benefits that substance abusers get there, what is the harm or risk in that function, and how to develop "A-kilta's" work.

Data for this study were collected by the persons who were using "A-Kilta" services in the spring of 2011. The information was gathered by theme interview with individuals. The material was analyzed by data-driven content analysis. Original terms were transformed into three different categories and from the main study category.

The results of the study show that reasons for joining "A-Kilta" were to get social contacts, for the atmosphere, and the feeling of being a part of something. The resources were peer support, free will to make personal goals, and other characteristics of "A-kilta's" work. From the substance abusers point of view, "A-Kilta" gives them physical, social, and concrete benefits. Threats for the future of "A-Kilta" are a lack of financing, suitable places to meet, human resources, and co-operation with other organisations. According to the results of the study, "A-Kilta's" work should be more versatile, needs more human resources, and needs better connections with other organisations. The study shows that peer actions are needed for supporting other substance abuser services. "A-Kilta's" work cannot be measured by quality or be outsourced, but it has clear benefits for the substance abusers.

Keywords: Abuse Rehabilitation, "A-kilta", Drug Addiction, Peer Support

# SISÄLLYSLUETTELO

1	JOHDANTO .....	5
2	PÄIHDEKUNTOUTUJANA SUOMESSA .....	6
2.1	Käsitteitä .....	6
2.2	Suomalaisen päihdekulttuurin ja – palvelujen historiaa .....	6
2.3	Suomalaisten päihteiden käyttö tänään .....	9
2.4	Nykyinen palvelujärjestelmä .....	11
3	A-KILTA OSANA KOLMANNEN SEKTORIN PALVELUJA.....	14
3.1	Vertaistuki .....	14
3.2	A-kiltatoiminnan synty .....	16
3.3	A-kiltojen toiminta .....	17
3.4	A-kiltatoiminnan tulevaisuuden haasteet.....	18
3.5	Etelä-Saimaan A-kilta .....	19
4	OPINNÄYTETYÖPROSESSI .....	20
4.1	Tavoite ja tutkimuskysymykset .....	20
4.2	Kohdejoukko .....	21
4.3	Aineiston keruu ja analysointi .....	21
4.4	Eettiset näkökulmat ja luotettavuus .....	24
5	TULOKSET .....	25
5.1	A-kiltatoimintaan hakeutuminen ja toiminnan voimavarat .....	25
5.2	A-kiltatoiminnan hyödyt päihdekuntoutujalle .....	27
5.3	A-kiltatoimintaan liittyvät haitat ja uhkakuvat.....	29
5.4	Toiveet ja kehittämis ehdotukset.....	30
5.5	Yhteenveto tuloksista.....	31
6	POHDINTA .....	32
	LÄHTEET .....	37

## LIITTEET

- Liite 1 Haastattelurunko
- Liite 2 Saatekirje

# 1 JOHDANTO

Kolmannen sektorin päihdepalveluja tarvitaan tulevaisuudessa entistä enemmän. Todennäköistä on, että Suomessa alkoholin kulutus nousee edelleen eivätkä valtion resurssit riitä kattamaan päihdeongelmaisten tuen tarvetta. Matalan kynnyksen paikkoja sekä vertaistukitoimintaa tarvitaan. Päihdeongelma on moninainen ongelma. Jokaisella päihdeongelmaisella on omanlaisensa tuen tarpeet päihdeongelmasta kuntoutumisessa. Näin ollen tarvitaan myös monipuolisia päihdepalveluja, jotta päihdeongelmaisten tuki ja apu olisi kattavaa.

A-killat ovat eri puolella Suomea olevilla paikkakunnilla toimivia itsenäisiä yhdistyksiä, joiden toiminta on yhteisiin arvoihin pohjaavaa. Jokaisen A-killan tarkoituksena on paikkakunnallaan tarjota vertaistukea ja päihteetöntä toimintaa päihdekuntoutujille ja heidän läheisilleen. Keskeisiä arvoja toiminnassa ovat päihteettömyys, vapaaehtoisuus, kokemuksellisuus, yhteisöllisyys, toiminnallisuus ja yhteistoiminta. A-killat tekevät yhteistyötä alueellisesti ja valtakunnallisesti. A-Kiltojen Liitto ry toimii A-kiltojen keskusjärjestönä. Lappeenrannassa toimii Etelä-Saimaan A-killta ry, jonka toimintaan tämä opinnäytetyö keskittyy.

Opinnäytetyön tavoitteena on kartoittaa päihdekuntoutujien kokemuksia Etelä-Saimaan A-killan toiminnasta. Tutkimuksessa selvitetään, mitkä ovat toiminnan voimavarat, mikä saa päihdekuntoutujan lähtemään mukaan toimintaan, mitä hyötyä Etelä-Saimaan A-killan toiminnasta on päihdekuntoutujalle, mitkä asiat ovat haitaksi tai uhkaavat Etelä-Saimaan A-killan toimintaa ja miten toimintaa voisi kehittää. Tutkimuksesta on hyötyä Etelä-Saimaan A-killalle heidän perustellessaan toimintaansa esimerkiksi toiminnan rahoittajille. Tutkimuksen perusteella Etelä-Saimaan A-killta saa myös palautetta toiminnastaan ja pystyy kehittämään sitä jatkossa paremmin päihdekuntoutujien tarpeita vastaavaksi.

Opinnäytetyöraportti koostuu teoriaosuudesta ja tutkimusosasta. Teoriaosuuksessa käsitellään hieman suomalaista päihdekulttuuria ja palvelujärjestelmää sekä A-kiltatoimintaa osana kolmannen sektorin palveluja. Tutkimusosassa kerrotaan opinnäytetyöprosessista ja esitellään tutkimuksessa saadut tulokset.

## **2 PÄIHDEKUNTOUTUJANA SUOMESSA**

### **2.1 Käsitteitä**

Päihderiippuvuus on pakonomainen tarve käyttää jotain tai joitain päihteitä toistuvasti, vaikka käytöstä aiheutuisi monia haittoja (Lappalainen-Lehto, Romu & Taskinen 2008). Riippuvuudessa on kyse tietyn aineen tai toiminnan sijaan siitä psyykkisestä tilasta, jota aineilla tavoitellaan (Koski-Jännes 1998). Riippuvuus-käyttöön liittyy vaurioiden muodostuminen ihmisen elimistöön, mieleen, tunteisiin, päättelykykyyn ja sosiaalisiin suhteisiin. Kun käyttäjän elämänlaatu heikkenee, ja päihteet ottavat vallan laajasta alueesta elämää, on kyse päihteen ongelmakäytöstä. (Vuori-Klemilä, Stengård, Saarelainen & Annala 2007.)

Tässä opinnäytetyössä käsitellään lähinnä suomalaista alkoholikulttuuria, koska tutkimuksessa haastateltavat ovat kaikki olleet tai ovat edelleen alkoholin suurkuluttajia. Alkoholi on yleisin päihdyttävänä aineena käytetty aine Etelä-Saimaan A-killan jäsenistön keskuudessa.

Alkoholin suurkulutuksena pidetään sitä, jos mies juo 24 annosta alkoholia viikossa ja nainen vähintään 16 annosta viikossa. Yksi annos on 12 g alkoholia. Lisäksi suurkulutusta mitataan kerta-annoksina, eli kuinka paljon ihminen juo annoksia yhdellä juomiskerralla. Tällöin suurkulutuksen raja on miehillä 7 annosta ja naisilla 5 annosta. (Lappalainen-Lehto ym. 2008.)

Kuntoutuminen määritellään yksilölliseksi kehitysprosessiksi (Lappalainen-Lehto ym. 2008). Päihdeongelmaa käsiteltäessä tulee muistaa, että päihdeongelma on jokaisella yksilöllinen ja se voi painottua kullakin eri osa-alueisiin. Yksilön kokonaistilanne tulee ottaa huomioon. Aina ihminen ei kuitenkaan tarvitse ammattiapua kuntoutumiseensa päihdeongelmasta, vaan myös jokin pieni asia voi saada aikaan muutoksen käynnistymisen. (Ruisniemi 2006.) Päihdekuntoutuja tässä opinnäytetyössä tarkoittaa päihdeongelmaista, joka pyrkii eroon käyttämästään päihteestä.

### **2.2 Suomalaisen päihdekulttuurin ja – palvelujen historiaa**

Suomi on kuuluisa alkoholinkulutuksestaan. Suomessa alkoholinjuomiseen liittyy monien kohdalla humalahakuisuus, ja se, että kerralla juodaan paljon. Alko-

holista on tullut yksi osa suomalaista kulttuuria ja myös muualla maailmassa alkoholin runsas kulutus liitetään Suomeen. ”Suomalaista viinapäättä” on kuvattu myös suomalaiseen identiteettiin kuuluvana esimerkiksi saunan ja sisun kaltaisesti (Lappalainen-Lehto ym. 2008).

1600-luvun Suomessa alkoholia pidettiin ravintoaineena ja näin ollen terveellisinä aineina. Oluenpano nähtiin ruuanlaittoon verrattavana puuhasteluna. Palo-  
viina tuli Suomeen myös 1600-luvulla. Suomalaisille ominainen alkoholin runsas käyttö muodostui ongelmaksi jo tällöin, kun yhteiskunta alkoi järjestäytyä. Jo 1600-luvun Suomessa papit varoittelivat alkoholin liiallisesta käytöstä ja nuhtelivat, jos näin oli käynyt. 1700-luvulla kuningas Kustaa III sääti kieltolakeja koskien talonpoikien juopottelua. Tämän seurauksena salapoltto lisääntyi. 1800-luvulla pakkokeinot lisääntyivät suomalaisten humalahakuisuuden rajoittamiseksi, ja käytettiin jopa vankilatuomioita. Papit tekivät edelleen tärkeää ennaltaehkäisevää työtä. Väestöön vaikuttivat kuitenkin enemmän heistä itsestään lähteneet raittiusliikkeet ja uskonnolliset ajatukset. (Vuori-Klemilä ym. 2007.)

1900-luvun alussa länsimaissa kohdattiin kieltolakiaalto, jonka seurauksena myös Suomessa koko kansaa koskeva kieltolaki oli voimassa 1919–1932. Tätä ennen oli ollut jo kolme osittaista kieltolakia. Kieltolakien aikana kehittyivät tehokkaat pirtun salakuljetusverkostot. Kieltolakien ajan jälkeen alettiin säätää erityistä alkoholistolakia sekä kaivata uudelleen järjestettyä alkoholistien huoltoa ja lakikokonaisuutta. Vuonna 1937 astui voimaan laki alkoholistihuollosta, jossa alkoholistien hoito rinnastettiin köyhäinhoitoon. Vastuu hoitamisesta ja kustannuksista siirtyi järjestöiltä valtiolle. Alkoholin suurkulutuksesta seurasi ensin varoituksia ja raittiusvalvontaa, jonka jälkeen tilanteen jatkuttua määrättiin 1-4 vuoden kestäväälle laitoshoidojaksolle. Laitoshoidoon sai mennä myös vapaaehtoisesti, ja vapaaehtoisten runsaudesta johtuen heille perustettiin omia laitoksia. (Vuori-Klemilä ym. 2007.)

1940-luvulla, sotien jälkeen, huomattiin tarvetta jälleen alkoholistihuollon uudistamiselle, koska hoidon tarve lisääntyi selkeästi. Laitoshoido ja kontrollointi olivat edelleen keinot tilanteen korjaamiseksi ja raittiusihanteet sekä sotavuosien kokemukset määrittelivät alkoholistipolitiikkaa pitkälle 1950-luvun alkuun asti. Pikkuhiljaa suomalainen päihdehuolto alkoi kuitenkin monipuolistua, ja mukaan tuli vuonna 1948 Alkoholistien vastaanottolaitos. Samana vuonna käyttöön otettiin

Antabus-lääke (aiheuttaa alkoholia käytettäessä voimakkaita fyysisiä reaktioita). Kansainvälinen AA-liike (Alcoholics Anonymous) rantautui suomeen 1950-luvulla. Ulkomailta tulleet ajatukset vapaaehtoisesta hoitoon hakeutumisesta vaikuttivat siihen, että virallisen päihdehuollon rinnalle tuli keveämmin organisoituja erityispalveluja, esimerkiksi A-koteja ja vuonna 1955 A-klinikkasäätiö. (Vuori-Klemilä ym. 2007.)

Vuonna 1961 alkoholilaki muuttui laiksi päihdyttävien aineiden väärinkäyttäjien ja irtolaisten huollosta. Tämä laki henki kuitenkin vielä ajatuksia kielloista ja pakkohoidoista. Vähitellen hyväksyttiin ajatus omaehtoisen hoitoon hakeutumisen tärkeydestä ja paremmuudesta. Sosiaalihuollon arvoperusta ja lainsäädäntö muuttuivat paljon 1970- ja 1980-luvuilla. (Lappalainen-Lehto ym. 2008.)

1970–1980-luvuilla kehityksen suunta jatkui palveluiden monipuolistumisena ja vapaaehtoisuuden korostamisena, esimerkiksi A-klinikkatyössä täydennettiin yleispalveluja sosiaalityön hoidollisella mallilla, joka perustui moniammatilliseen hoitotyöhön. Suurin päihdetyöhön liittyvä uudistus tapahtui vuonna 1987, kun päihdehuoltolaki tuli voimaan. Päihdehuoltolaki velvoitti kunnat järjestämään ja rahoittamaan tarpeenmukaiset palvelut päihdeongelmaisille ja heidän läheisilleen. Kansanterveyslaki astui voimaan samana vuonna (1987). Päihdehuollosta tuli osa sekä sosiaali- että terveydenhuoltoa. 1990-luvulla päihdehuoltoa kehitettiin edelleen asiakaslähtöisempään suuntaan. Asiakasta alettiin korostaa asiantuntijana ja toimijana. (Vuori-Klemilä ym. 2007.)

Laman aikaan päihdepalveluja ajettiin alas, ja niiden kehittäminen sen jälkeen on ollut epätasaista. Päihdeongelman syntymiseen vaikuttavat monet sosiokulttuuriset ja yhteiskunnalliset asiat, mutta päihdeongelmaiset eivät itse nouse ajamaan asioitaan ja vaatimaan palveluja. Vaaliohjelmissa on hyväksyttävää ajaa lasten ja nuorten asioita kuin päihdeongelmaisten. (Lappalainen-Lehto ym. 2008.)

Suomalaisten kasvaneeseen alkoholinkulutukseen ovat viime vuosikymmeninä vaikuttaneet alkoholijuomien hintojen ja kansalaisten tulojen muutokset. Suurimpia kulutukseen vaikuttaneita tapahtumia ovat olleet viime vuosikymmeninä vuonna 1969 voimaan tullut alkoholilaki, vuonna 1995 matkustajatuonnin säätelyn väheneminen ja vuonna 2004 matkustajakiintiöiden poistaminen ja alkoholi-

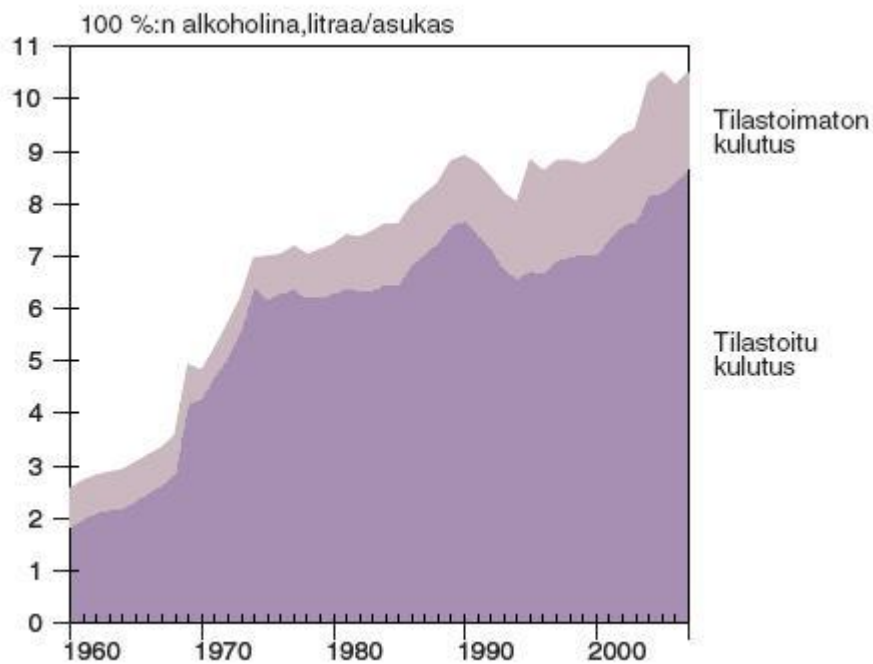


verojen huomattava alentaminen. Vuoden 1969 alkoholilaissa alkoholijuomien ostoikärajaa alennettiin, Alko sai luvan perustaa myymälöitä myös maalaiskuntiin, anniskeluoikeuksien antamista helpotettiin ja päivittäistavarakaupoille ja kahviloille annettiin lupa myydä keskiolutta. (Mäkelä, Mustonen & Tigerstedt 2010.)

Vuoden 2004 alussa poistettiin toisista EU-maista Suomeen verovapaasti omaan käyttöön tuotavien alkoholijuomien määrälliset kiintiöt. Määrällisten kiintiöiden poistumisen jälkeen ja Viron tultua EU-jäsenmaaksi toukokuussa 2004 odotettiin matkustajatuonnin lisääntyvän merkittävästi. Matkustajatuontia ja siihen liittyviä ilmiöitä pyrittiin ehkäisemään alentamalla alkoholijuomien valmisteveroja keskimäärin 33 %. (Terveystieteiden tutkimuskeskus 2010b.)

### **2.3 Suomalaisen väestön päihteiden käyttö tänään**

Alkoholia käytetään Suomessa laillisista päihteistä eniten (Holmberg 2010). Suomalaisista 90 % käyttää alkoholia. Vuonna 2009 alkoholia (sataprosenttista alkoholia) kulutettiin 10,2 litraa asukasta kohti. Suomalaiset käyttivät alkoholiin rahaa vuonna 2009 yhteensä 4,3 miljardia euroa. Henkilöä kohti alkoholiin kului rahaa 809 euroa vuodessa vuonna 2009. Alkoholin kokonaiskulutus on kasvanut yli kolminkertaiseksi neljän viimeisen vuosikymmenen aikana. Suomalaiset suosivat nykyään enemmän mietoja juomia, mutta alkoholinkäyttö on edelleen humalahakuista ja harvemmin alkoholia juodaan aterian yhteydessä. (Terveystieteiden tutkimuskeskus 2010b.) Seuraavassa kuviossa on tutkittu alkoholijuomien kokonaiskulutusta Suomessa vuosina 1960–2007.



Kuvio 1 Alkoholijuomien kokonaiskulutus vuosina 1960–2007  
(Terveiden ja hyvinvoinnin laitos 2010a)

Kuviosta nähdään, että suomalaisten alkoholinkulutus on ollut nousussa 1960-luvulta saakka. Vaikka alkoholia kulutetaan suomessa kokonaisuudessaan suunnilleen saman verran kuin muualla Euroopassa, näkyy suomalaisten kerta-juominen, eli niin sanottu humalahakuisuus suomalaisten juomakulttuurin ominaispiirteenä (Holmberg 2010). Alkoholinkulutuksen kehitystä Suomessa ei pidäkään verrata suoraan muiden maiden vastaaviin lukuihin, vaan on ennemminkin otettava huomioon suomalaisten humalahakuisuus ja alkoholin nauttiminen vapaa-ajalla (Mäkelä ym. 2010, 23). Eurooppalaista tapakäyttöä (alkoholia juodaan silloin tällöin vähäisesti) pidetään sivistyneenä juomatapana, mutta suomalainen humalahakuinen juomatapa vaikeuttaa pitäytymistä parissa viinilasillisessa (Vuori-Klemilä ym. 2007).

Alkoholi on yksi suurimmista yksittäisistä taustatekijöistä erilaisissa onnettomuuksissa ja tapaturmissa (Holmberg 2010). Humalahakuisuuden takia suurkuluttajat käyttäytyvät epäasiallisesti, jopa väkivaltaisesti, ajavat humalassa ja joutuvat hankaliin taloudellisiin tai sosiaalisiin tilanteisiin sekä ovat muutenkin onnettomuusalttiita (Vuori-Klemilä ym. 2007). Koska alkoholia on kulutettu 2000-luvulla enenevässä määrin, ovat sen seurauksena alkoholin käytöstä johtuvat sairaus- ja kuolemantapaukset lisääntyneet (Holmberg 2010; Terveiden ja

hyvinvoinnin laitos 2010b). Alkoholin käytöstä seuranneet sairaudet ja myrkytykset olivat vuonna 2009 yleisin kuolinsyy työikäisten keskuudessa (Terveiden ja hyvinvoinnin laitos 2010b). Vuonna 2008 alkoholin käytöstä seurasi 0,8-1,0 miljardin euron välittömät kustannukset ja 3,3–6,3 miljardin euron välilliset kustannukset (Terveiden ja hyvinvoinnin laitos 2010b).

Suomen alkoholipolitiikassa pyritään vähentämään alkoholista aiheutuvia haittoja. Erityisesti tavoitteina ovat lasten ja perheiden hyvinvoinnin turvaaminen alkoholin käytöstä aiheutuneita haittoja vähentämällä, alkoholin riskikäyttöön liittyvien haittojen vähentäminen ja alkoholin kokonaiskulutuksen kääntäminen laskuun. Alkoholin kulutusta on pyritty kontrolloimaan vuosina 2008 ja 2009 alkoholijuomiin liittyviä veroja kohottamalla. Muita kontrollointikeinoja ovat näinä vuosina olleet paljousalennusten kieltäminen, ”happy hour” –mainoksien kieltäminen ravintoloiden ulkopuolella sekä alkoholijuomien mainonnan kieltäminen televisiossa ja elokuvateattereissa ennen kello 21.00. (Terveiden ja hyvinvoinnin laitos 2010b.)

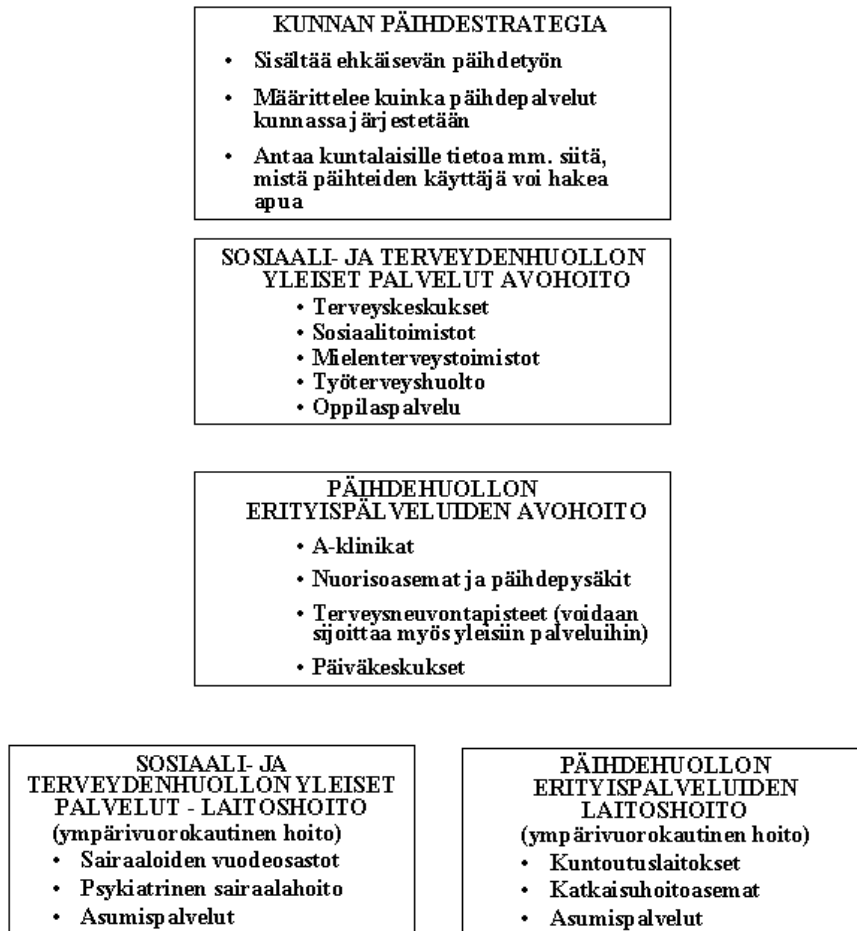
Mäkelän, Mustosen ja Tigerstedtin (2010) mukaan suomalaisten alkoholinkulutus tulee tulevaisuudessa edelleen lisääntymään. Suomalaisten vapaa-aika tulee todennäköisesti lisääntymään ennemmin kuin vähenemään, alkoholin saatavuus pysyy todennäköisesti samana, ja laman jälkeen ihmisillä on taas enemmän tuloja käytettävissään. Myös vanhemmat, vähemmän juoneet, sukupolvet korvautuvat tulevaisuudessa niillä sukupolvilla, jotka ovat tottuneet juomaan enemmän. (Mäkelä ym. 2010.)

## **2.4 Nykyinen palvelujärjestelmä**

Päihteiden käyttöön liittyvät ongelmat ja niiden seuraukset ovat yksilön sekä yhteiskunnan asia. Helposti ajatellaan, että päihdeongelma on ihmisen henkilökohtainen ongelma, mutta siihen vaikuttavat pitkälti myös yhteiskunnalliset ratkaisut. Päihdeongelmista seuranneita yhteiskunnallisia ongelmia ovat muun muassa lastensuojelun inhimillisten ja taloudellisten kustannuksien kasvu, avioerojen ja lähisuhdeväkivallan lisääntyminen, nuorten syrjäytyminen, terveydenhuollon menot sekä rikoksien ja itsemurhien lisääntyminen. Tämän vuoksi päihdepalveluihin tulisi kiinnittää huomiota. (Lappalainen-Lehto ym. 2008.)

Terveyden ja hyvinvoinnin laitos käynnisti vuonna 2004 alkoholiohjelman, jonka tavoitteena on olla työväline alkoholihaittojen ehkäisyyn. Alkoholiohjelman on tarkoitus ohjata ehkäisevää työtä. Vuonna 2004 alkanut alkoholiohjelman toimintakausi kesti vuoteen 2007, ja sen toimintaa ohjaavia periaatteita olivat paikallisuus, vaikuttavuus, hyväksyttävyys ja kumppanuus. Vuonna 2009 aloitettiin toinen ohjelmakausi, joka on edelleen käynnissä. Alkoholiohjelman tavoitteet pohjautuvat alkoholipolitiikan linjauksiin, ja niitä ovat alkoholin haittojen vähentäminen lapsille ja perheille, alkoholijuomien riskikäytön ja siitä aiheutuneiden haittojen vähentäminen ja alkoholin kokonaiskulutuksen laskuun kääntäminen. Tavoitteiden saavuttaminen vaatii poliittista tukea ja paikallisella tasolla rakenteita, työvälineitä, tietoa ja hyviä käytäntöjä toiminnan tueksi. Nykyisellä ohjelmakaudella paikallisen työn tukemiseen on tehty alueellisen koordinaation malli, joka tukee pysyvien rakenteiden syntymistä alkoholihaittojen ehkäisylle. Mallin avulla pyritään tehokkaaseen päihdetietouden levittämiseen sekä vastaavasti välittämään tietoa paikalliselta tasolta alkoholipolitiikasta päättävälle tahoille. (Terveyden ja hyvinvoinnin laitos 2011b.)

Suomen laissa on määritelty, että kunnan on huolehdittava siitä, että päihdehuolto järjestetään sisällöltään ja laajuudeltaan sellaiseksi kuin kunnassa esiintyvä tarve edellyttää (Päihdehuoltolaki, 3 §). Lisäksi laissa määritellään, että päihdehuollon palveluja tulee antaa henkilölle, jolla on päihteiden käyttöön liittyviä ongelmia, sekä hänen perheelleen ja muille läheisilleen. Palveluja on annettava henkilön, hänen perheensä ja muiden läheistensä avun, tuen ja hoidon tarpeen perusteella. (Päihdehuoltolaki, 7 §) Seuraavassa taulukossa kuvataan suomalaista päihdepalvelujärjestelmää.



Kuvio 2 Päihdejärjestelmä

(Sosiaali- ja terveysministeriö 2010)

Kunnat laativat omat päihdestrategiansa, eli oman toimintaohjelmansa päihdehaittojen ehkäisemiseksi. Päihdestrategia sisältää kunnan päihdetyötä koskevat linjaukset sekä tavoitteet ja keinot niiden toteuttamiseksi. Päihdestrategioiden on tarkoitus pohjautua kansallisten ohjelmien linjauksiin. (Romppanen 2005.)

Päihdepalvelujärjestelmä koostuu yleisistä avohoitopalveluista sosiaali- ja terveydenhuollossa, päihdehuollon erityispalveluista ja laitospalveluista. Yleisiä avohoitomuotoisia palveluja ovat terveyskeskusten, työterveyshuollon, koulu- ja opiskelijahuollon ja mielenterveys- ja sosiaalitoimistojen antamat palvelut sekä sairaaloissa ja asumispalveluissa tapahtuvat laitospalvelut. Erityispalveluja tarjoavat avohoitomuotoisina esimerkiksi päihdepysäkit, nuorisoasemat, A-klinikat ja päiväkeskukset. Laitospalvelu kuuluu katkaisuhoidon asemille, kuntoutuslaitoksille ja asumispalveluille. (Terveiden ja hyvinvoinnin laitos 2010b.)

Vuoden 2010 Sosiaalibarometrin mukaan Suomeen on muodostunut viimeisten parin kymmenen vuoden aikana selvästi muita heikommassa asemassa olevia ihmisryhmiä. Päihdeongelmista kärsivät ovat yksi näistä ryhmistä, joiden palvelutarpeisiin Suomen yhteiskuntajärjestelmä ei vastaa. Päihdeongelmista kärsivien syrjäytymisriski kasvaa yhä edelleen. Ongelma tiedostetaan, mutta siihen ei pystytä vastaamaan. (Sosiaali- ja terveysturvan keskusliitto 2010.) Kuntien mahdollisuudet vastata päihdehoidon tarpeisiin eivät ole lisääntyneet. Monipuolisten päihdepalveluiden turvaaminen on ollut monelle kunnalle vaikeaa (Vuori-Klemilä ym. 2007, 34).

Päihdeongelma on moninainen ongelma, ja jokaisella päihdeongelmaisella on omanlaisensa tuen tarpeet kuntoutuessaan päihteiden ongelmakäytöstä. Päihdepalveluiden tulisi olla yhtä monimuotoisia, jotta ne vastaisivat päihdekuntoutujien tuen tarpeisiin mahdollisimman hyvin. Tämän vuoksi päihdehoitotyössä olisi tärkeää ottaa kaikki päihdetyötä tekevät tahot huomioon mukaan lukien päihdekuntoutujan läheiset sekä ei-julkiset toimijat, kuten erilaiset järjestöt ja seurakunnat. Päihdetyötä tekee jokainen sosiaali- ja terveysalan ammattilainen. Jokaisen ammattilaisen on osattava tunnistaa ongelmat, puuttua niihin ja ohjata asiakkaita jatkohoitoon. Kun kaikki toimijat otetaan huomioon, moniammatillisuus laajenee monitoimijuudeksi. (Holmberg 2010.)

Joskus päihdetyössä hoitokeinoina käytetään pelottelua, painostamista tai tietoargumentteja. Nämä keinot yleensä kuitenkin vain lisäävät päihdekuntoutujan häpeää ja pelkoa ja johtavat siihen, että päihdekuntoutuja pakenee todellisuutta takaisin turvalliseen päihdemaailmaansa. Päihdekuntoutujaa voidaan vaihtoehtoisesti rohkaista ja tukea monin eri tavoin. Päihdekuntoutujalle voidaan tarjota päihteettömyyttä suosivaa ympäristöä ja korvaavia toimintamalleja päihteiden käytölle. (Holmberg 2010.)

### **3 A-KILTA OSANA KOLMANNEN SEKTORIN PALVELUJA**

#### **3.1 Vertaistuki**

Vertaistukea voi saada ja antaa monella eri tavalla ja eri muodoissa. Vertaistuki voi liittyä kahden henkilön väliseen suhteeseen, ryhmisiin tai erilaisiin verkostoihin. Vertaistuellinen suhde voi syntyä kahden ennestään tutun henkilön välille

molempien esimerkiksi jäädessä leskeksi samaan aikaan. Vertaisryhmällä tarkoitetaan ryhmiä, joissa ennestään tuntemattomat henkilöt tapaavat toisiaan tarkoituksenaan jakaa kokemuksia toisten kanssa. Vertaisverkostot voivat muodostua spontaanisti esimerkiksi Internetissä. (Nylund & Yeung 2005.)

Vertaistuesta puhuttaessa yleensä tarkoitetaan ryhmämuotoista vertaistukitoimintaa. Usein ryhmän jäsenet ovat kulkeneet läpi samanlaisen prosessin tai painiskelevat samanlaisten ongelmien kanssa. Tuki muodostuu vastavuoroisuudesta, eli toisten kanssa puhumisesta ja heidän kuuntelemisestaan. Vertaistuki perustuu kokemukseen siitä, ettei ole tilanteessaan yksin. Se perustuu myös hyväksytyksi ja kuulluksi tulemiseen. Vertaistukeen ei yleensä liity ammattiapua, vaan se perustuu nimenomaan vertaisten ihmisten kohtaamisiin. Vertaisryhmät voivat olla esimerkiksi toiminnallisia tai keskustelevia. Keskeistä on yhteinen mielekäs tapa toimia ja tuntea itsensä tärkeäksi. Muiden kokemukset antavat myös toivoa ja uskoa omaan selviytymiseen. Lisäksi vertaistuen antajana muiden auttamisen kokemus lisää itsetuntoa ja sitä kautta tunnetta oman elämän hallinnasta. (Terveystieteiden tutkimuskeskus 2011a, Lappalainen-Lehto ym. 2008)

Ihmisellä on tarve olla vuorovaikutuksessa toisten kanssa. Ihminen on sosiaalinen ja elää yhteisöissä. Hyvinvoinnin kokemukseen liittyy aktiivinen osallistuminen, vaikuttaminen ja yhteisöllisyys. Suomalaisessa yhteiskunnassa yhteisöllisyys on vähentynyt suku- ja kyläyhteisöjen ohenemisen myötä. Vertaistuen avulla ihminen voi kokea tarvitsemaansa yhteisöllisyyttä ja osallisuutta. Vertaistuki auttaa rakentamaan identiteettiä, ja sen kautta ihminen pystyy vaikuttamaan asioihin, myös sellaisiin, jotka ovat olleet pelkästään asiantuntijoiden ulottuvissa. (Holm ym. 2010.)

Suomeen vertaistuki tuli AA-kerhojen (Anonyymit Alkoholistit) myötä (Lappalainen-Lehto ym. 2008). AA-toiminta tuli Suomeen vuonna 1948. Myös klubitoiminta eli mielenterveyskuntoutujille suunnattu vertaistukitoiminta on syntynyt 1940-luvulla. Vertaistukitoiminnan ideana on tällöin ollut ihmisten auttaminen elämänmuutoksissa, joihin apua eivät tarjoa sairaalahoito, lääkkeet tai terapiat. Elämänmuutoksista voi mainita esimerkkinä yksinäisyyden, joka saattaa seurata jonkin sairauden myötä. Tärkeää on ollut myös toimintaan osallistuvien tasa-

arvoisuus ilman potilas- tai asiakaslähtökohtaa. Ensimmäinen klubitalo on perustettu Suomeen vuonna 1995. (Holm ym. 2010)

Pohjoismaissa vertaistukitoiminta ja kolmannen sektorin toiminta nähdään muita sosiaali- ja terveyspalveluja täydentävänä tukimuotona. Vertaistoiminta voi olla ennaltaehkäisevää ja se voi toimia linkkinä virallisten palvelujen piiriin. Vertaisuella on myös merkitystä yhteiskuntaa uudistavana ja kansalaisaktiivisuutta lisäävänä toimintana. Nykyään ihmisten ongelmat ovat muuttuneet entistä henkisemmiksi, minkä vuoksi kiinnostus vertaistoimintaa kohtaan on lisääntynyt. Vertaistukitoiminta ei kuitenkaan ole terapiaa. (Holm ym. 2010.)

Nykyään yhteiskunnassamme pyritään kilpailuttamaan ja tuotteistamaan sosiaali- ja terveyspalveluja. Vertaistukitoimintaa ei voida kilpailuttaa eikä sitä voi asettaa laatumittariin. Toisin sanoen vertaistuen tehokkuutta ei voida mitata, mutta silti tiedetään, että se on ollut monelle päihdekuntoutujalle suuri apu heidän polullaan kohti raittiutta. Vertaistukipalvelut toimivat usein vapaaehtoisten työntekijöiden voimin. Holmberg pohtii teoksessaan, onko yhteiskunnan virallisessa palvelujärjestelmässä osattu huomioida tämä voimavarana ja onko tämänkaltaista toimintaa tuettu tarpeeksi muun muassa taloudellisesti. (Holmberg 2010.)

Vertaistoiminta, erilaiset vertaisryhmät ja -verkostot ovat yksi nopeasti kehittyvä tuen muoto. Vertaistoiminnan tarve ei ole vähentynyt julkisten palveluiden myötä. Vertaistukitoiminnan kasvu kertoo, että ihmisillä on tarve jakaa kokemuksiaan toistensa kanssa. Vahva hyvinvointiyhteiskunta voi tukea erilaisia vertaistuen tukimuotoja, vaikka vertaistuen ja ammattilaisten yhteistyö ei ole aina mutkatonta. (Nylund & Yeung 2005.) Päihdeongelmaan liittyen suurimpia vertaistuen tarjoajia ovat nykyään AA-liike ja A-kiltojen liitto (Lappalainen-Lehto ym. 2007).

### **3.2 A-kiltatoiminnan synty**

Alkoholiongelmien hoitoon kuului 1950-luvulla paljon kieltoja, varoituksia ja laitoksiin sulkemista. A-klinikkasäätiö perustettiin vuonna 1955. A-klinikan toiminta oli avohoitoon perustavaa, ja se vastasi edellä mainittuihin kontrollointikeinoihin korostamalla vapaaehtoisuutta toiminnassaan. Vuonna 1959 Turun A-klinikalla aloitettiin ryhmähoitoja, joiden seurauksena A-klinikan asiakkaat tutustuivat toi-



siinsa ja alkoivat tavata toisiaan myös A-klinikkatoiminnan ulkopuolella. Muutaman vuoden kuluttua ryhmähoitojen aloittamisesta entiset A-klinikan asiakkaat alkoivat perustaa toveriyhdistyksiä tukemaan hoidon ulkopuolista ja sen jälkeistä elämää. Ensimmäinen tämänkaltaisen toveriyhdistys perustettiin Turussa: Turun A-asiakas Ketju. Tämän voidaan katsoa olevan ensimmäinen perustettu A-kilta. Kymen, Helsingin ja Lahden A-klinikoiden asiakkaat perustivat omat yhdistyksensä vuonna 1964. (A-kiltojen liitto ry 2010.)

Eri puolella Suomea perustetut toveriyhdistykset alkoivat pohtia yhteisen yhdistyksen tarvetta ohjaamaan toimintaansa. Vuonna 1968 perustettiin A-klinikoiden asiakkaiden Liitto. Liiton puheenjohtajaksi valittiin tällöin Kyösti Kaihovaara. A-kilta nimeä alettiin käyttää joissain asiakasyhdistyksissä 1960-luvun loppupuolella ja A-klinikoiden Asiakkaiden Liitosta tuli A-kiltojen Liitto vuonna 1975. Nykyään A-killat toimivat itsenäisinä yhdistyksinä, jotka eivät ole riippuvaisia A-klinikkasäätiön toiminnasta. (A-kiltojen liitto ry 2010.)

### **3.3 A-kiltojen toiminta**

A-kiltatoiminta on paikallisesti, alueellisesti ja valtakunnallisesti toteutettavaa yhteisiin arvoihin pohjaavaa, päihteetöntä yhdistysmuotoista toimintaa. A-killat ovat itsenäisiä, rekisteröityjä yhdistyksiä, jotka tarjoavat paikkakunnallaan päihdetoipujille vertaistukea ja päihteetöntä toimintaa. A-killat tarjoavat myös päihdetoipujien kokemusasiantuntemustietoa paikalliseen päihdealan yhteistyöhön. A-Kiltojen Liitto ry on A-kiltojen keskusjärjestö. A-kiltatoimintaa toteutetaan myös A-kiltojen alueellisena yhteistyönä kuudella alueella, jotka kattavat koko Suomen. A-kiltatoiminta on poliittisesti ja uskonnollisesti sitoutumatonta. Mukaan ovat tervetulleita kaikki päihdetoipijat, heidän läheisensä sekä päihdetoimimisen edistämisestä kiinnostuneet. (A-kiltojen liitto ry 2010.)

A-kiltatoiminnan ohjaavia arvoja ovat päihteettömyys, vapaaehtoisuus, kokemuksellisuus, yhteisöllisyys, toiminnallisuus ja yhteistoiminta. A-kiltatoiminta on kaikelta osin päihteetöntä ja toiminta on päihteettömyyttä tukevaa. Toiminnalla pyritään parantamaan asiakkaan elämänlaatua ja auttamaan asiakasta kulkemaan kohti päihteistä vapaata elämäntapaa. Jokaisella asiakkaalla on oikeus määritellä omat tavoitteensa suhteessa omaan päihteiden käyttöön. (A-kiltojen liitto ry 2010.)

Vuonna 2010 A-kiltojen Liiton alaisia jäsenyhdistyksiä, eli A-kiltoja oli 93, joista toiminnassa olevia 61 eli 66 prosenttia. (A-kiltojen liitto ry 2010.)

### **3.4 A-kiltatoiminnan tulevaisuuden haasteet**

A-kiltojen kuten muidenkin vapaaehtoista päihdetyötä tekevien järjestöjen toiminta suuntautuu tulevaisuudessa todennäköisesti entistä vaikeammin ongelmisiin ja syrjäytyneisiin ihmisiin alkoholin kulutuksen kasvun seurauksena. Alkoholin kulutus kasvaa entisestään jo nyt suurkuluttajiin kuuluvalla ryhmällä. Myös huumeiden käyttö ja sekakäyttö ovat lisääntyneet, joten A-killoissa joudutaan kohtaamaan tulevaisuudessa monenlaisia riippuvuuksia. (Rajala 2008.)

Globaali suuntaus hyvinvointivaltioissa on se, että valtion omaa toimintaa pyritään supistamaan ja että valtiot pyrkivät siirtämään palveluitaan kolmannelle sektorille. EU:n politiikassa kansalaisjärjestöiltä odotetaan myös palvelutuotannon huomattavaa laajentamista. Palvelutuotantoon keskittyminen tarkoittaisi kuitenkin sitä, että järjestöistä tulisi entistä riippuvaisempia julkisesta rahoituksesta, toimintaan tulisi mukaan byrokratiaa ja että toiminnasta tulisi tehottomampaa. Jos kuntien ja järjestöjen yhteistyöstä tulisi pelkkä osto- ja myyntisuhde, se aiheuttaisi päihdepuolella paljon ongelmia. Päihdetyön tarkoituksena kun on ihmisten pahoinvoinnin vähentäminen eikä tuottavuuden ja suoritteiden lisääminen. (Rajala 2008.)

Yhteiskunnan arvot koventuvat ja yhteisöllisyys heikkenee. Sosiaalipolitiikassa on alettu puhua talouden termein, jotka ovat korvanneet ihmisen elämän perusarvot, ja eriarvoistuminen yhteiskunnan sisällä lisääntyy. Kansalaisjärjestöjen antama sosiaalinen pääoma vähenee niiden suuntautuessa palvelujen tuottamiseen. (Rajala 2008.)

A-kiltatoiminnassa mukana olevien henkilöiden ja johtoportaan keski-ikä on melko korkea. Päihdeongelma kehittyy aikansa, minkä jälkeen ihminen havahtuu omaan ongelmaansa, tunnustaa sen ja lähtee hakemaan apua. Tähän kaiken kuluu aikaa ja sen vuoksi enemmistö A-kiltojen jäsenistä ja toiminnan kanssa työskentelevistä on keski-ikäistä vanhempia. Yksi A-kiltojen perusperiaatteista on toiminnallisuus, joten A-killoissa tarvitaan nuorta verta ja sukupolvenvaihdoiksi on onnistuttava, jotta tämä periaate säilyy. (Rajala 2008.)

Yksi A-kiltatoiminnan toteuttamiseen liittyvä ongelma saattaa tulevaisuudessa olla rahoitus. Talousvaikeudet ovat olleet monen A-killan ongelma jatkuvasti. Päihdepalveluiden rahoituksen kiristyminen saattaa jättää monet killat tukalaan tilanteeseen. (Rajala 2008.)

### **3.5 Etelä-Saimaan A-kilta**

Etelä-Saimaan A-kilta on perustettu vuonna 1971. Jäsenet koostuvat lähinnä entisistä A-klinikan asiakkaista. Nyt asiakkaat tulevat Etelä-Saimaan A-kiltaan päihdeklinikan tai muiden päihdehuollon yksiköiden kautta. (Etelä-Saimaan A-kilta ry 2011.)

Etelä-Saimaan A-killassa on ollut maksavia jäseniä 99 vuonna 2010, ja vapaa-jäseniä 9. Jäsenet koostuvat päihdeongelmaisista ja entisistä päihdeongelmaisista, heidän läheisistään ja muutamista kiltatoiminnasta muuten kiinnostuneista henkilöistä. Vuonna 2010 naisjäsenien määrä on hieman lisääntynyt. Vuonna 2010 Etelä-Saimaan A-killassa oli yhteensä 4500 käyntikertaa, minkä lisäksi Etelä-Saimaan A-killan mökillä käytiin 1300 kertaa. (Etelä-Saimaan A-kilta ry:n toimintakertomus 2010.)

Etelä-Saimaan A-kilta on auki arkisin 08.00-13.00 ja viikonloppuisin 09.00-12.00. Aukioloaikana on ollut tarjolla säännöllisesti lämmintä ruokaa pientä maksua vastaan. Mukana on ollut muutama ulkopuolinen työntekijä yhdistelmätuella, kuntouttavassa työtoiminnassa tai työharjoittelussa. (Etelä-Saimaan A-kilta ry:n toimintakertomus 2010.)

Etelä-Saimaan A-killan toiminnasta ja hallinnosta vastaavat puheenjohtaja ja hallitus. Tällä hetkellä puheenjohtajana toimii Aki Lottonen. Etelä-Saimaan A-kilta toimii Etelä-Karjalan sosiaali- ja terveystieteiden kanssa vuosittain sovittavan ostopalvelusopimuksen voimin. Yhteistyötä on tehty rikosseuraamuslaitoksen kanssa; rikosseuraamuslaitokselta ohjataan Etelä-Saimaan A-kiltaan suorittamaan esimerkiksi yhdyskuntapalvelusta. Etelä-Saimaan A-kilta tekee yhteistyötä Etelä-Karjalan sosiaali- ja terveystieteiden kuulumien päihdeklinikan ja päihdekuntoutumisyksikkö Pajarilan kanssa. Asiakkaiden ohjausta puolin ja toisin tapahtuu näiden yksiköiden välillä. Yhteistyötä tehdään myös toisten Kaakkois-Suomen A-kiltojen kanssa sekä A-kiltojen Liiton kanssa. (Etelä-Saimaan A-kilta ry:n toimintakertomus 2010)

Etelä-Saimaan A-killan talous muodostuu ostopalvelusopimuksesta, kuntouttavasta työtoiminnasta, ruokatuloista ja muista pienemmistä tuloista. Loppuvuodesta 2010 yhteistyökumppaniksi tuli Tuuliaisen säätiö, joka alkoi tukea leiritoimintaa. (Etelä-Saimaan A-kilta ry:n toimintakertomus 2010.)

Toiminta koostuu lähinnä vapaasta yhdessäolosta, esimerkiksi biljardin pelaaminen on kävijöiden suosiossa. Uuden tulijan ja avunhakijan kanssa keskustellaan syvemmin. Etelä-Saimaan A-kilta on esimerkiksi järjestänyt naisteniltoja, ja tarjonnut paikan juhlapyhien juhlimiseen selvin päin. Kesäpäivillä Kiltalassa on kesäisin valtakunnallista, alueellista ja paikallista toimintaa makkaranpaistosta kalastuskilpailuihin. (Etelä-Saimaan A-kilta ry:n toimintakertomus 2010.)

## **4 OPINNÄYTETYÖPROSESSI**

### **4.1 Tavoite ja tutkimuskysymykset**

Olin Etelä-Saimaan A-killassa työharjoittelussa viisi viikkoa syksyllä 2009. Sen jälkeen olen ollut toiminnassa mukana yhtenä jäsenistä sekä vapaaehtoisena työntekijänä. Kiinnostuin A-killan toiminnasta osana kolmannen sektorin päihdepalveluja ja ehdotin A-killan puheenjohtajalle opinnäytetyön tekemisen mahdollisuutta. Sain heti paljon tukea ja kannustusta A-killasta.

Opinnäytetyön tavoitteena on tuoda esille Etelä-Saimaan A-killan toimintaan osallistuvien päihdekuntoutujien ajatuksia toiminnan merkityksestä heille. Tavoitteena on saada päihdekuntoutujien oma ääni kuuluviin siinä, miten toimintaa voisi kehittää heidän tuen tarpeitaan paremmin vastaaviksi ja mitä mieltä he ylipäänsä ovat A-kiltatoiminnasta.

Opinnäytetyön tutkimuskysymykset ovat seuraavat:

1. Mitkä ovat toiminnan voimavaroja ja mikä saa päihdekuntoutujan lähtemään mukaan toimintaan?
2. Mitä hyötyä Etelä-Saimaan A-killan toiminnasta on päihdekuntoutujalle?
3. Mitkä asiat ovat haitaksi tai uhkaavat Etelä-Saimaan A-killan toimintaa?
4. Miten toimintaa voisi kehittää?

## **4.2 Kohdejoukko**

Kohdejoukkona tässä opinnäytetyössä ovat Etelä-Saimaan A-killan jäsenet, jotka ovat osallistuneet A-killan toimintaan keväällä 2011. Heistä mukana tässä tutkimuksessa on viisi henkilöä, joista kaksi on naisia ja kolme miehiä. Vastanneiden toiminnassa mukanaoloaika vaihtelee; osa on ollut toiminnassa mukana pitkään, toiset vain vähän aikaa. Osa haastateltavista ei enää käytä ollenkaan päihteitä, ja joillain päihteiden käyttö on osa heidän tämän hetkistä elämäänsä. Kohdejoukon keski-ikäksi muodostui 52,2 vuotta.

## **4.3 Aineiston keruu ja analysointi**

Aineistonkeruumenetelmänä tässä tutkimuksessa toimii teemahaastattelu. Teemahaastattelu toteutettiin yksilöhaastatteluina toukokuussa 2011.

Teemahaastattelu on puolistukturoitu haastattelu, joka etenee valmiiksi valittujen teemojen ja niihin liittyvien kysymysten kautta. Teemahaastattelussa korostetaan ihmisten antamia merkityksiä asioille ja heidän tulkintojaan. Etukäteen valitut teemat liittyvät tutkimustehtäviin. Teemahaastattelun avulla pyritään löytämään vastauksia tutkimuskysymyksiin. Teemahaastattelu voi edetä tiukasti etukäteen muodostetuissa kysymyksissä pitäytyen tai olla avoimempi ja sallia intuitiivisen tavan haastatella. (Tuomi & Sarajärvi 2009.)

Teemahaastattelu rakennettiin kahteen osaan, jotka olivat taustatiedot ja A-kiltatoiminta. Taustatiedot –osion muodostivat seuraavat teemat: havahtuminen liialliseen päihteiden käyttöön, elämässä tapahtuneet muutokset päihteiden käytön myötä ja raitistumisen polku. Toisen isomman teeman eli A-kiltatoiminnan alle kuuluivat: ensikosketus A-kiltatoimintaan, toiminnan hyödyt ja toiminnan haitat, uhat ja kehittämisehdotukset.

Etelä-Saimaan A-killan jäsenille kirjoitettiin saatekirje liittyen opinnäytetyöhön ja se vietiin A-killan ilmoitustaululle noin kaksi kuukautta ennen haastatteluja. Saatekirjeessä esiteltiin opinnäytetyön aihe ja kerrottiin, että haastattelut toteutetaan kevään aikana sekä toivottiin osallistujia haastateltaviksi. Haastattelut toteutettiin Etelä-Saimaan A-killan tiloissa päivystysaikana erillisessä huoneessa. Haastatteluaikoja ei sovittu etukäteen, vaan haastateltavia pyydettiin osallis-

tumaan heidän ollessaan paikalla päivystysaikana. Haastattelujen kesto vaihteli 25 minuutista 40 minuuttiin. Jokainen haastattelu nauhoitettiin.

Aineistona tässä opinnäytetyössä toimivat edellä mainitut teemahaastattelut. Nauhoitetut haastattelut litteroitiin eli purettiin sanasta sanaan tekstiksi. Tämän jälkeen haastattelut tulostettiin paperiversioiksi. Aineiston analyysissä käytettiin sisällönanalyysiä.

Sisällönanalyysi on menettelytapa, jolla voidaan analysoida dokumentteja, esimerkiksi haastatteluja systemaattisesti ja objektiivisesti. Sisällönanalyysillä tutkija pyrkii saamaan kuvauksen tutkittavasta ilmiöstä tiivistetyssä ja yleisessä muodossa kadottamatta aineiston sisältämää informaatiota. Analyysillä aineistoon luodaan selkeyttä, että voidaan tehdä selkeitä ja luotettavia johtopäätöksiä. (Tuomi & Sarajärvi 2009, 103–108.)

Tutkimus rajattiin haastattelujen jälkeen koskemaan pelkästään A-kiltatoimintaa, eli haastatteluissa käsitellyt aiheet liittyen taustatietoihin jätettiin suurimmalta osalta huomiotta. Sisällönanalyysissä otettiin kuitenkin huomioon haastattelut kokonaisuudessaan mukaan lukien taustatieto-osiossa ilmenneet selvästi tutkimuskysymysten mukaiset keskustelut.

Aineisto käytiin läpi tutkimuksen kannalta oleellisten teemojen osalta, joita olivat:

1. A-kiltatoimintaan ohjautuminen
2. A-kiltatoiminnan hyödyt
3. A-kiltatoiminnan haitat ja uhkakuvat
4. A-kiltatoiminnan voimavarat
5. kehitysehdotukset ja toiveet liittyen A-kiltatoimintaan.

Aineistolähtöiseen sisällönanalyysiin kuuluu kolme vaihetta: aineiston redusointi, eli pelkistäminen, aineiston klusterointi, eli ryhmittely ja abstrahointi, eli teoreettisten käsitteiden luominen. Aineiston pelkistämisyvaiheessa aineistosta karsitaan tutkimukselle epäolennainen pois. Aineiston ryhmittelyvaiheesta pelkistetyistä aineistosta etsitään samankaltaisuuksia tai eroavaisuuksia kuvaavia

käsitteitä, joista muodostetaan luokkia. Viimeinen analyysivaihe, eli abstrahointi, etenee kielellisistä alkuperäisilmauksista teoreettisiin käsitteisiin ja johtopäätöksiin. (Tuomi & Sarajärvi 2009, 108–113.) Seuraavassa taulukossa on esimerkki siitä, miten alkuperäisilmauksista on muodostettu luokkia.

Alkuperäis-ilmaus→	Pelkistetty ilmaus→	Alaluokka →	Yläluokka →	Pääluokka
<i>Se on niin kun, tuns kuuluvansa johonkin, ensimmäistä kertaa moniin vuosiin ni tuns kuuluvansa johonkin.</i>	Tunsi kuuluvansa johonkin	Yhteenkuuluvuuden tunne	Psyykkiset hyödyt	A-kiltatoiminnan hyödyt päihdekuntoutujalle

Taulukko 1

Aineisto käytiin läpi erottaen teemoihin liittyvät kohdat erivärisillä ylivaikeustuseilla. Tämän jälkeen nämä pelkistetyt ilmaukset kerättiin yhteen ja näistä muodostettiin niitä koskevat alaluokat. Alaluokat yhdistettiin edelleen yläluokiksi, joista muodostui pääluokat eli tutkimuksen teemat. Seuraavassa taulukossa on esimerkki siitä, miten yläluokat ja pääluokat ovat tässä opinnäytetyössä muodostuneet.

YHDISTÄVÄ LUOKKA	PÄÄLUOKKA	YLÄLUOKKA
Päihdekuntoutujan näkökulmia A-kiltatoiminnasta	Toimintaan ohjautuminen	Auttamisen tarve
		Sosiaalisen elämän tarve
		Tarve kuulua johonkin
		Ilmapiiri

Taulukko 2

Taulukosta ilmenee, mitkä olivat toimintaan ohjautuminen –teeman alle muodostuneet pääluokat. Tässä aineiston analyysivaiheessa voitiin tehdä jo johtopäätöksiä tuloksista.

#### **4.4 Eettiset näkökulmat ja luotettavuus**

Tutkijan on huolehdittava tutkimuksen laadusta esimerkiksi siten, että tutkimusasetelma on sopiva, tutkimussuunnitelma on tehty huolella ja että raportointi on tehty hyvin. Hyvään tutkimukseen liittyy tutkijan eettinen sitoutuneisuus. (Tuomi & Sarajärvi 2009.) Oma eettinen sitoutuminen tähän työhön on ollut vahvaa, koska aihe on minulle läheinen. Tässä opinnäytetyössä on haluttu noudattaa hyvän tutkimuksen periaatteita ja pyritty esittämään tarkkaan tutkimuksen eteneminen, jotta lukijalla on mahdollisuus saada tarkka kuva tutkimuksen etenemisestä eri vaiheissa.

Puolueettomuus tutkimuksessa liittyy siihen, pyrkiikö tutkija ymmärtämään ja kuulemaan tiedonantajia itsenään vai vaikuttaako havainnoimiseen tutkijan omat ajatukset. Tutkijan havainnoimiseen voivat vaikuttaa muun muassa ikä, sukupuoli, uskonto, poliittinen asenne tai virka-asema. (Tuomi & Sarajärvi 2009.)

Tässä opinnäytetyössä on alusta asti pyritty tiedostamaan tutkijan omat ajatukset liittyen ennestään tuttuun Etelä-Saimaan A-killan toimintaan. Tutkijan omat mielipiteet on jätetty taka-alalle ja on keskitytty kuuntelemaan ja havainnoimaan haastateltavia heidän omasta näkökulmastaan. Tutkimuksen eri vaiheissa on keskusteltu kohdejoukon kanssa heidän mielipiteistään välttettäisiin tutkimuksen ohjautumisen tutkijan omien ajatusten mukaan. Esimerkiksi aineistonkeruun menetelmää valittaessa tutkijan ajatuksena oli toteuttaa aineiston keruu ryhmähaastatteluin. Tutkijan keskusteltua kohdejoukon kanssa tutkimuksessa päädyttiin kuitenkin yksilöhaastatteluihin, koska heidän mielestään yksilöhaastatteluissa tutkija saan enemmän ja luotettavampaa tietoa. Yksilöhaastattelut tuntuivat olevan monelle myös luontevampi tapa keskustella.

Haastattelun aikana haastattelijalla oli mahdollisuus selvittää haastateltavan vastausta kysymällä tarkentavia kysymyksiä. Haastattelun joustavuus mahdollistaa monien väärinkäsitysten oikaisun (Tuomi & Sarajärvi 2009). Haastattelutilanteita helpotti todennäköisesti myös se, että kaikki haastateltavat olivat



nähneet haastattelijan ennenkin, eikä heidän itsensä tarvinnut jännittää tilannetta samalla tavalla kuin silloin, jos haastattelijaksi olisi ollut joku kokonaan ulkopuolinen henkilö.

Aineiston analyysimenetelmäksi muodostui aineistolähtöisen analyysi, koska tutkimus oli tarkoitus tehdä nimenomaan päihdekuntoutuksen näkökulmasta. Analyysivaihetta ovat siis ohjanneet haastateltavien alkuperäisilmaisut. Aineistosta poimittiin mahdollisimman luotettavasti kaikki ilmaisut liittyen tutkimuskysymyksiin antamatta tutkimusten tulosten ohjautua tutkijan haluamaan suuntaan.

Tutkimuksessa on pyritty jatkuvasti säilyttämään tutkimukseen osallistuneiden anonymisuus. Tutkijan kirjoitettua tulokset haastatteluista ja valittua opinnäytetyössä käytettävät lainaukset opinnäytetyö annettiin luettavaksi kohdejoukolle. Tämän jälkeen heidän kanssaan on keskusteltu siitä, ovatko lainaukset mahdollisesti tunnistettavissa ja kysytty heidän mielipiteitään niiden käytöstä. Näin on varmistettu se, etteivät mahdolliset tututkaan opinnäytetyöraportin lukijat pysty tunnistamaan haastateltavien kommentteja. Tuloksissa käytetyissä lainauksissa ei ole käytetty niiden merkitsemistä esimerkiksi numeroimalla haastateltavia H1-H5, jossa H1 tarkoittaisi ensimmäistä haastateltavaa, tunnistamattomuuden varmistamiseksi.

## **5 TULOKSET**

### **5.1 A-kiltatoimintaan hakeutuminen ja toiminnan voimavarat**

Teemahaastatteluissa kysyttiin ensikosketuksesta A-kiltatoimintaan, miten haastateltava oli ensimmäisen kerran tullut mukaan toimintaan ja minkälainen ensivaikutelma hänellä tuolloin toiminnasta oli. Haastattelussa kysyttiin myös, mitkä asiat saivat haastateltavan menemään uudestaan A-kiltaan.

Yleisimmäksi syyksi, jonka takia päihdekuntoutuja oli hakeutunut A-kiltatoimintaan, muodostui haastattelujen perusteella sosiaalisen elämän tarve. Päihteiden käyttäjän elämää kuvattiin yksinäiseksi, vaikkakin muita päihteiden käyttäjiä oli paljon ympärillä. A-kiltasta päihdekuntoutujat lähtivät hakemaan ystäviä, kohtalotovereita, vertaisia ihmisiä ja ylipäänsä ihmisiä, jotka olivat selvin

päin. Ihmisten kautta haettiin tukea myös omalle raittiudelle. Sosiaalisen elämän tarpeita haastateltavat kuvaavat seuraavasti:

*No mie lähin hakemaa sielt lähinnä sitä tukee, ystäviä ja tuttavvia. Jotain ihmisiä, jotka on selvin päin.*

*...ensinnäki ihmisiä. Vertaisia ihmisiä ja yleensäkki ihmisii.*

Sosiaalisen elämän lisäksi A-kiltaan ohjaututtiin, koska oli tarve kuulua johonkin tai tarve auttaa muita päihdekuntoutujia.

*Ni mie, et johonki yhteisöö pääsis kiinni.*

*Tuli sellanen tarve tehdä näitten kavereitten etee työtä ja samalla niin kun tukee sitä omaa raittiutta.*

Moneen haastateltavaan oli tehnyt vaikutuksen A-killassa vallinnut ilmapiiri, mikä oli saanut heidät menemään uudelleen mukaan A-killan toimintaan. Monet kuvasivat A-killassa tuntemaansa yhteenkuuluvuudentunnetta tärkeänä. Ilmapiiriä kuvataan muun muassa seuraavasti:

*Ni tuli semmone hirveen hyvä olo. Et oli niin ku tervetullu sinne ja sit oli helppo mennä uuvestaa.*

Jokaisen haastattelun aikana keskusteltiin A-kiltatoimintaa ohjaavista arvoista ja siitä, mikä A-kiltatoiminnassa on haastateltavan mielestä tärkeää. Tärkeimmiksi kerrotut asiat on tässä muodostettu A-kiltatoiminnan voimavaroiksi.

Toiminnan ominaispiirteistä tärkeimmiksi, eli toiminnan suurimmaksi voimavaraksi luokiteltiin vertaisuus, johon kuuluvaksi aineistosta poimittiin tasa-arvoisuus, kokemuksellisuus, hyväksyvyys ja kannustavuus. Kaikki haastateltavat painottivat tasavertaisuutta toimintaan osallistuvien kesken. Kokemuksellisuutta pidettiin todella tärkeänä asiana. Kaikki haastateltavista olivat myös sitä mieltä, että päihdeongelmaa ei voi samalla tavalla ymmärtää sellainen ihminen, joka ei ole sitä itse kokenut.

*Ei kukaan toinen sitä pysty ihan täysin, mie väitän vieläkki et ei ihan täysillä ei pysty sitä ymmärtämään sitä helvettiä, mitä se on se juomine, ku toine joka on juonu.*

Tasa-arvoisuuden ja kokemuksellisuuden lisäksi vertaisuuteen kuuluu hyväksyvyys ja kannustavuus. Vertaisuuden takia A-kiltaa kuvattiin myös matalan kynnyksen paikaksi, vaikka ensimmäinen käyntikerta koettiin jännittävänä.

Hyväksytyksi tulemisen tunnetta kuvaa osuvasti eräs haastateltavista seuraavasti:

*Ei oo heti teilattu eikä syytetty eikä potkittu pois, vaik mie oon töppäilly täälläkii, mut ei oo ensimmäisenä oltu sitä, että tos on ovi, ala mennä, vaan päinvastoin, et yritetään vielä.*

Myös tasa-arvoisuutta kuvataan niin, että *ollaa niin ku tasavertasia kaikki keskenämme ja.. ja ja ei oo sitä viranomasuusmaista ilmapiiriä niin ku virastoissa on..*

Edellisessä lainauksessa viitataan jo haastatteluista seuraavaksi selkeimmin nousevaan toiminnan voimavaraan, joka on yksilön valinnan vapaus. Haastateltavat näkivät tärkeänä sen, ettei toiminta ole rajattua ja *melkein mitä vaa voi tehdä*. Isona asiana pidettiin sitä, että jokainen saa itse laatia omat tavoitteensa ja niissä tavoitteissa kannustetaan toinen toisia:

*Myöhä ei aseteta tavoitteita kaverille vaa kaveri asettaa ite omat tavotteet ja myö tuetaa tätä kaveria, oli se sitte viikon päihteettömyys tai loppuelämän päih-teettömyys.*

Toimintaan vaikuttamisen ja vapaaehtoisena työntekijänä toimimisen mahdollisuudet koettiin myös tärkeinä. Positiivisena mainittiin myös mahdollisuus ottaa läheiset mukaan toimintaan:

*Et tota ni, täs on ollu kuitenkin kiltatoiminnas sillei ihan kiva ku pystyy itekkii vähä vaikuttamaa, et jos halua naisille toimintaa, ni sitä on pystyny ite järjestämään tai...tehä jotai pieniä retkiä ja on semmosta toiminnallisuutta enemmän...*

Näiden kahden tärkeimmän; vertaisuuden ja yksilön vapauden lisäksi haastatteluista nousi esiin tärkeinä asioina ja toiminnan voimavaroina päihteettömyys ja toiminnallisuus sekä se, että A-killasta ohjataan hakemaan apua ja kannustetaan kohti raittiutta. Päihteettömyyttä pidettiin itsestään selvänä, mutta tärkeänä asiana.

*...ku oli monipuolista toimintaa, ni ei jääny sitä luppoaikaa.*

## **5.2 A-kiltatoiminnan hyödyt päihdekuntoutujalle**

A-kiltatoimintaan osallistumisesta koettiin olevan sosiaalista, psyykkistä ja konkreettista hyötyä. Sosiaalisia hyötyjä korostettiin näistä eniten. Vertaistuki, oman sosiaalisen elämän kasvaminen ja ihmisten ja tilanteiden pelon hälveneminen

korostuivat positiivisina seurauksina toimintaan osallistumisesta. Yksi haastateltavista kuvaa Etelä-Saimaan A-killan merkitystä itselleen seuraavasti:

*Mie oon saanu ystäviä, mie oon saanu vertaistukee, mie oon saanu paikan, mis mie saan viettää porukan kanssa aikaa selvin päin.*

Sosiaalisten tilanteiden ja ihmisten pelon hälvenemisestä kertoo seuraava lainaus:

*Et sillee on ruvennu ajattelemaa et eihä kaikkia ihmisiä tarvii jännittää tai kaikkia tilanteita tarvii jännittää niin kauheesti.*

Kaikissa haastatteluissa tuli ilmi myös psyykkiset hyödyt. Monet kokivat tulleen-  
sa hyväksytyksi sekä tunsivat yhteenkuuluvuutta muiden A-kiltatoimintaan osallistuvien kesken. Seuraavat kaksi lainausta kertovat osaltaan näistä tunteista:

*...kaik vaa haukkuu ja moittii, et sie oot sellane paska ja sie oot tätä ja sie oot sitä, tää on ainut paikka missä miuta ei oo sillee koheltu.*

*Mie sopeuduin siihe porukkaa.*

Haastateltavat kokivat saavansa toimintaan osallistumisesta mielenrauhaa. Monelle A-kiltatoimintaan mukaan tuleminen on ollut vapauttava kokemus. Myös oman elämän hahmottaminen oli tullut helpommaksi A-killan kautta. Toisten auttamisesta koettiin hyvän olon tunnetta sekä tarpeellisuuden tunnetta. Monille A-kiltatoimintaan osallistuminen antoi onnistumisen kokemuksia. Tarpeellisuuden kokemus tulee ilmi seuraavan haastateltavan sanoin:

*Että on niin ku, että joku tarvitsee minua...esimerkiks päivystys nii, että miun on tultava tänne ja avattava ovet ja keitettävä kahvit, että mie oon niin ku tarpeellinen ainaki vähän aikaa ...”*

Konkreettisina hyötyinä mainittiin päihteetön olohuone; paikka, jonne mennä päivittäin. A-kilta tuo päivärytmiä ja säännöllisyyttä elämään monelle päihdekuntoutujalle. A-killan merkitystä itselleen kuvaa seuraavassa eräs haastateltavista:

*...ni miulla on heti aamust ainakii osote selvä, et mihi mie täst aamukahvin jälkee lähen ... päivä lähtee käyntii sillee, et aamupäiväl ku tääl on, ni on ihan niin ku ajatukset kunnossa, ku on selvä...*

A-kilta tarjoaa myös toimintaa elämään. Joku nimitti A-kiltaa varakodiksi. A-killasta koettiin saavan myös konkreettisia neuvoja päihteen himosta ylipääsemiseen. Monella haastateltavista päihteiden käyttö oli vähentynyt tai loppunut kokonaan A-kiltatoimintaan osallistumisen aikana. Muutama mainitsi konkreetti-

sena hyötynä pienen rahallisen edun, jota saa vapaaehtoisena päivystäjänä toimimisesta.

### 5.3 A-kiltatoimintaan liittyvät haitat ja uhkakuvat

Haittoina ja uhkakuvina toiminnassa nähtiin tila- ja rahaongelmat, toimijoiden ja asiakkaiden määrän väheneminen, yhteistyöhön liittyvät ongelmat ja se, ettei toiminta vastaa tarvetta.

Etelä-Saimaan A-kilta on viime vuosina joutunut monta kertaa muuttamaan tiloista toiseen. Konkreettinen paikan vaihtaminen aiheuttaa monien haastateltavien mukaan sen, että monet entisistä kävijöistä lopettavat muuton myötä toimintaan osallistumisen ja toisaalta osalla kestää löytäessä A-killan uudet tilat. Tilamuutoksia kuvaa eräs haastateltavista seuraavasti:

*Et toivottavasti nyt tässä saahaa olla taas..ettei heti pöllyytetä meitä taas pellolle ... koska sehä..sehä aina ku paikkaa vaihettaa ni siitä osa ei tule mukana asiakkaista, ne jää sinne..ja ennen ku uuvet sit taas löytää ja osa vanhoistaki, ni se vie oman aikasa.*

Montaa haastateltavaa mietitytti, miten kauan nykyisessä tilassa saa olla ja miten kauan A-killalle löytyy paikka kaupungin tukemana. Rahoituskysymykset nousivat monesta haastattelusta huolenaiheeksi. Huoli ilmeni haastatteluista muun muassa seuraavasti:

*No uhkaha on tietysti se, että nyt ku on tullu nää sosiaali- ja terveystiirit, ni missä vaiheessa ne totee, et okei, ei meil oo rahaa tälläseen (A-kiltatoimintaan).*

Haastatteluista nousi selvästi esille myös henkilöresurssit, eli pelko siitä, riittääkö tulevaisuudessa aktiivisia toimijoita. Moni koki, että vapaaehtoistoiminta on hiipumassa ja että asiakkaat ovat passiivisempia kuin ennen. Työntekijöiden stressiä ja ylikuormittumista pelätään. Iäkkäiden aktiivisten toimijoiden vanheneminen ja luonnollinen poistuma mainittiin myös uhkakuvana; miten saada toiminta jatkumaan uusille sukupolville. Leimautumisen pelko mainittiin toiminnan haittana, mutta toisaalta mainittiin, että A-kilta on matalan kynnyksen paikka ja kaikki päihdepalvelut huomioiden vähemmän leimaava. Vapaaehtoisuuden hiipuminen tuli esille esimerkiksi seuraavassa lainauksessa:

*Vapaaehtostoitimintahan alkaa hiipua joka paikas eli se niin ku hyvin pieneen piiriin jää se varsinainen järjestäminen näissä kaikissa...*

Työn kaatumista tiettyjen henkilöiden harteille kuvataan seuraavasti:

*Et se on niin ku semmone, mikä on uhka tietysti, että kaavetaa liikaa jonkuu niskaa ... et se pitää niin ku osata pitää balanssissa, et muuten siin käy sillee, et se ihmine on mukana pienen hetken ja sit totee, et ei hää jaksakkaa, et on liian rankkaa.*

Haastateltavat nostivat esiin uhkakuvansa siitä, että toiminnasta tulee byrokraattista ja että toiminnallisuus häviää. Uhkana nähtiin myös, että osasta toiminnasta tulee maksullista ja että jotkut toiminnat ovat jo maksullisia. Päihdekuntoutujilla ei välttämättä ole mahdollisuutta osallistua maksulliseen toimintaan. Moni oli huolissaan päihdeongelmien monipuolistumisesta ja siitä, miten A-killta pystyy toiminnallaan vastaamaan nuorten päihdeongelmiin. Monet haastateltavista kokivat, etteivät enää ymmärrä nykyajan päihdeidenkäytöstä mitään. Huolenaiheeksi muodostuikin, kykenevätkö vanhemmat toiminnan ylläpitäjät järjestämään sellaista toimintaa, mitä nuoremmat tulokkaat tarvitsisivat raitistumisen tueksi. Seuraava lainaus antaa näkökulman tähän:

*Vaikka ne (vanhemmat toiminnan järjestäjät) menis kuin niin ku kysymää, et mitä työ niin ku haluisitte (nuoret tulokkaat), ku ne helvetti kulkee ihan eri sfääreis...*

Edellisten uhkakuvien lisäksi haastateltavat mainitsivat huolensa yhteistyöhön liittyen. Toisaalta haastateltavat kertoivat yhteistyön toimivan muiden päihdepalvelujen kanssa hyvin, mutta myös yhteistyön yksipuolisuudesta oli kokemuksia. Mainittiin myös, että muilla toimijoilla voi olla väärä kuva kiltatoiminnasta ja että se voi olla toimivan yhteistyön taustalla.

#### **5.4 Toiveet ja kehittämis ehdotukset**

Toiminnan tulevaisuudesta keskusteltaessa toiveiksi jatkosta nousivat yhteistyön kehittäminen muiden päihdepalvelujen kanssa, toiminnan monipuolistaminen ja työntekijäresurssien lisääminen. Monet näkivät, että monipuolisemmasta yhteistyöstä muiden päihdepalveluiden kanssa olisi hyötyä. Moni koki, että yhteistyön kautta pystyisi kehittämään toimintaa monipuolisemmaksi, koska kustannukset jakautuisivat tällöin yhteistyökumppaneiden kesken. Tutustumiskäynnit eri palveluiden välillä (esimerkiksi kuntoutuspalveluiden ja A-killan välillä) nähtiin positiivisena tiedonvälityksenä. Tutustumiskäyntien kautta ajateltiin, että kynnys A-killaan tulemiselle madaltuu. Tämänkaltaisia tutustumiskäyntejä A-killan ja Lappeenrannan päihdekuntoutumisyksikön välillä onkin

käytetty. Yhteistoiminnasta toiveita kertoo eräs haastateltava tässä omin sanoin:

*No sitähä kautta se poikii sit tietyst muitakii asioita, ku on yhteistoimintaa, voi esimerkiks näitä yhteisiä tälläsiä retkiä tehdä tuonne ja aina eri paikkoihi, kun tässähän nyt tulee sekin vastaan, et eihä killalla oo rahaa sillee ja ja tota asiakkailla ei oo rahaa.*

Toiminnan monipuolistaminen tuli ilmi lähes jokaisessa haastattelussa. Haastateltavat olivat sitä mieltä, että toiminnallisuus on se asia, millä A-kiltatoimintaan saadaan lisää ihmisiä mukaan ja toiminta jatkuu myös tulevaisuudessa. Monet mainitsivat toiminnan monipuolistamisen esteeksi rahalliset resurssit. Toiminnan sisältöön toivottiin peli-iltoja, leiritoimintaa, liikunnallisuutta, keilausta, retkiä ja myös tukihenkilötoiminnalle nähtiin tarvetta.

*Et ne sais niin ku enemmän (vasta tulleet kitalaiset) ja just tämmöne leiritoiminta niin, niin tota tekee sitä yhteishenkee ... tulee niin ku paljo läheisemmäks ja tutummaks ja sit monesti avautuu tälläset sisimmän syvimät syöverit, elikkä saunan lauteilla tulee parhaat keskustelut.*

Pienet toiminnalliset asiat koettiin tärkeiksi oman hyvinvoinnin kannalta:

*Ois hienoo ku tietäs aina ku viikkoo rakentelee ... ni se ois semmone porkkana (olla selvin päin). (Esimerkiksi peli-ilta)*

Myös jo toiminnan haitoista ja uhkista puhuttaessa esille tullut resurssipula liittyen järjestäjiin ja toimijoihin mainittiin esteeksi toiminnan monipuolistamiselle. Toisaalta koettiin, että mahdollisuuksia erilaiseen toimintaan olisi, mutta osallistujat ovat passiivisia. Osallistujien saamiseksi toimintaan tulisi monen haastateltavan mielestä olla innostajia. Seuraavat lainaukset kertovat toimijoiden tarpeesta:

*Liikunnallisuus, liikunnallinen toiminta on ainoo, millä nuoret lähtee mukaa tähä..se on testattu, se on koettu ja se on vetäny porukkaa. Pitäs vaa saaha resursseja siihe. Pitäs saaha ihan vakituine työntekijä, et se toimis.*

*Just nimenomaa siinä pitäs olla joku innostaja ... pitäs olla ihan semmone oma niin ku vetäjä, ku muuten ei tapahu yhtään mitää.*

## **5.5 Yhteenveto tuloksista**

Tässä tutkimuksessa haettiin vastauksia seuraaviin kysymyksiin:

1. Mitkä ovat toiminnan voimavaroja ja mikä saa päihdekuntoutujan lähtemään mukaan toimintaan?

2. Mitä hyötyä Etelä-Saimaan A-killan toiminnasta on päihdekuntoutujalle?
3. Mitkä asiat ovat haitaksi tai uhkaavat Etelä-Saimaan A-killan toimintaa?
4. Miten toimintaa voisi kehittää?

Tuloksista kävi ilmi, että toimintaan ohjaututtiin hyväksi koetun ilmapiirin, auttamisen tarpeen, sosiaalisen elämän tarpeen ja johonkin kuulumisen tarpeen vuoksi. Toiminnan voimavaroiksi muodostui tulosten perusteella vertaisuus, yksilön valinnan vapaus ja muut toiminnan ominaispiirteet eli päihteettömyys, toiminnallisuus ja avun piiriin ohjaaminen.

Päihdekuntoutujien mukaan Etelä-Saimaan A-killasta saa psyykkisiä, sosiaalisia ja konkreettisia hyötyjä. Psyykkisiksi hyödyiksi mainittiin oman elämäntilanteen hahmottaminen, vapautumisen tunne, hyväksytyksi tulemisen tunne, yhteenkuuluvuuden tunne, mielenrauha, tarpeellisuuden kokemus, onnistumisen kokemus ja hyvän olon tunne auttamisesta. Sosiaaliset hyödyt olivat vertaistuki, oman sosiaalisen elämän kasvaminen ja ihmisten ja tilanteiden pelon hälveneminen. Konkreettisia hyötyjä olivat neuvot päihteen himon yli pääsemisessä, päihteen käytön vähentyminen, päivärytmi ja säännöllisyys elämässä, rahallinen etu päivystäjänä toimimisesta, toiminnallisuus ja päihteetön olohuone.

Toiminnan haittoina ja uhkina nähtiin tila- ja rahaongelmat, toimijoiden ja asiakasmäärien väheneminen, toiminnan ja tarpeen välinen ristiriita ja yhteistyöhön liittyvät ongelmat. Päihdekuntoutujien näkökulmasta toimintaa tulisi kehittää monipuolisemmaksi, yhteistyötä tulisi lisätä muiden päihdepalveluiden kanssa ja työntekijöitä tulisi lisätä.

## **6 POHDINTA**

Opinnäytetyöprosessi oli itselleni opettavainen kokemus eri vaiheineen. Haastattelutilanteet olivat mielenkiintoisia ja niissä sai haastaa itsensä ja taitonsa kohdata ihmisiä. Haastattelut sisälsivät keskustelua haastateltaville aroista ja vaikeistakin asioista. Koen onnistuneeni haastattelutilanteissa hyvin ja rauhallisella olemuksellani antaneeni tilaa haastateltavien omille pohdinnoille ja ajatuksille. Tämän opinnäytetyön tekeminen syvensi omaa tietouttani koskien päihdekuntoutujien arkea, kuntoutumista ja tuen tarpeita.



Alkuperäinen ajatukseni oli tässä opinnäytetyössä pohtia myös päihdekuntoutujan toipumisen polkua. Minua kiinnosti paljon se, miten ihminen havahtuu päihdeongelmaansa ja mitkä ovat keinot päihdeongelmasta kuntoutumisessa. Haastattelut sisälsivät paljon pohdintaa ja keskustelua myös näistä yleisesti toipumista koskevista kysymyksistä. Haastattelujen jälkeen rajasin opinnäytetyöstäni kuitenkin pois tämän osuuden aineistosta välttääkseni liian laajan aiheen ja rönsyilyn asiasta toiseen. Päätin siis keskittyä pelkästään A-kiltatoimintaa koskevaan osuuteen.

Se, että moni haastateltavista oli lähtenyt hakemaan A-killasta sosiaalisia suhteita, kertonee yhteiskuntamme yhteisöllisyyden muutoksista. Yhteisöllisyyden väheneminen on epäilemättä osasyynä päihdeongelmien kasvuun ja syvenemiseen. Kun yhteisöllisyyttä tai sosiaalisia suhteita ei saada enää normaalissa arjessa, on sitä lähdeittä hakemaan yhteisöllisistä ryhmistä. Tällaisia ryhmiä, yhdistyksiä, järjestöjä ja muita toiminnan muotoja, joista ihmiset saavat yhteenkuuluvuuden ja hyväksytyksi tulemisen tunteita, tulisi käsitykseni mukaan tukea ja lisätä. Etelä-Saimaan A-kilta on yksi näistä toimijoista, jotka tämän tutkimuksen perusteella tuovat päihdekuntoutujille tarpeellisuuden, yhteenkuuluvuuden, onnistumisen ja hyväksytyksi tulemisen kokemuksia.

Päihdeongelmien kasvuun liittyen aloin jo työharjoitteluajanani Etelä-Saimaan A-killassa pohtia yhteiskunnan työelämän tarjontaa päihdekuntoutujille. Monelle päihdekuntoutujalle olisi todella tärkeää, että he saisivat tehdä jotain hyödyllistä kukin omien voimavarojensa mukaan. Hyödyllisestä tekemisestä tulisi tunne tarpeellisuudesta. Hyödyllinen tekeminen lisäisi päihdekuntoutujan itsetuntoa ja hyvinvointia sekä ennen kaikkea ennaltaehkäisisi päihdeongelmien syvenemistä. Tässä tutkimuksessa myös eräs haastateltavista kuvasi hyvin pienestä vastuutehtävästä, eli viikonloppupäivystyksestä koettua tarpeellisuuden kokemusta. Moni päihdekuntoutuja ei kykene olemaan normaaleilla työmarkkinoilla. Kokemukseni mukaan yhteiskuntamme ei tarjoa tarpeeksi työmahdollisuuksia normaalien työmarkkinoiden ja täysin työttömänä olemisen välillä. Päihdeongelmainen syrjäytyy helposti yhteiskunnasta pudotessaan työmarkkinoilta. Syrjäytyessä päihteiden käytölle jää enemmän aikaa ja ongelmat muodostuvat entistä pahemmiksi.

Yhteiskunnassamme vallitsevat paineet voivat myös syrjäyttää ihmisiä. Ympäristön oletus on se, että peruskoulu käydään hyvällä menestyksellä, sen jälkeen mennään kouluttautumaan ammattiin tai sivistämään itseään lukioon, tai jopa molempia yhtä aikaa. Koulu toimii osaltaan näiden ulkopuolisten paineiden asettajana. Suomessa opitaan jo pienestä pitäen, että pitää olla hyvä, tehokas ja mennä tiettyyn muottiin. Lukion tai ammattikoulun jälkeen tulee opiskella lisää ja kouluttautua korkeammin. Lopulta, kun työelämä koittaa, pitää sielläkin olla tehokas. Illalla saatetaan ottaa paukkuja tai pillereitä pari, että jaksetaan seuraava työpäivä loppuun. Ihminen voi keksiä monenlaisia keinoja kestääkseen ulkoapäin tulevat paineet. Tuntuu, että vaikka tämänkin ongelma on jo huomattu, tahti vain kiristyy erilaisten taloudellisten leikkausten myötä. Työpaikoilla pyritään hoitamaan tehokkaasti asioita minimihenkilöstöllä. Työelämän pehmeät arvot korvautuvat kovilla arvoilla. Ei ole ihme, että päihdeongelmat ovat kasvussa ja luonteeltaan yhä monimuotoisempia.

Päihdeongelmien syvenemisen ja monipuolistumisen syy voi olla myös helposti saatavilla olevissa lääkkeissä. Suomessa esimerkiksi alkoholiongelmaiset saavat helposti muun muassa unilääkkeitä ja masennuslääkkeitä hoitaakseen päihdeongelmaansa. Alkoholiriippuvuus voi siirtyä näihin lääkkeisiin, joiden on todettu aiheuttavan riippuvuutta muillekin kuin riippuvuuteen alttiille henkilöille. Pahimmillaan riippuvuuskäyttö voi muodostua sekakäytöksi, eli alkoholiongelmien kanssa kamppaileva ihminen saa myös lääkeriippuvuuden. Reseptilääkkeiden käyttö on kaiken lisäksi hyväksyttävämpää ja jollain tavalla salakavalampaa kuin esimerkiksi alkoholin käyttö. Toki joissain tapauksissa lääkkeet ovat tarpeen. Päihdeongelmien hoito lääkkeillä tulisi minimoida niin, että niitä käytettäisiin hoitokeinona vain silloin, kun on välttämätöntä.

Päihdeongelmien kasvu ja monipuolistuminen tuntuvat olevan aina valitettavan ajankohtaisia aiheita. Yhteiskunnassa tiedostetaan kasvavat päihdeongelmaisten tuen tarpeet mutta niihin ei pystytä vastaamaan. Kiinnostus toisaalta herää kolmannen sektorin toiminnan puoleen. Vapaaehtoistoimintaa, yhdistyksiä ja järjestöjä kohtaan osoitetaan odotuksia ja toiveita. Kolmannen sektorin toimintaa tarvitaan, mutta miten paljon vastuuta voidaan kuitenkaan säilyttää esimerkiksi vapaaehtoistoimijoiden harteille? Pystyvätkö vapaaehtoistoimijat kokemustiedolla vastaamaan moninaisiin ja vaikeisiin päihdeongelmiin? Mihin tulee vetää raja ammattiauttamisen ja vertaisauttamisen välille?

Jotkut kolmannen sektorin toimijat voivat ottaa heihin kohdistuvat odotukset yhteiskunnan painostamisena. Pohdin opinnäytetyöni vaiheissa muun muassa sitä, että onko kolmannen sektorin toimijoita kohtaan oikein asettaa suuria odotuksia päihdeongelmaisten tukemisesta, jos tämänkaltaista toimintaa ei kuitenkaan yhteiskunnan puolelta tueta vastaavasti yhtä paljon. Mitä enemmän vastuuta päihdeongelmien hoidosta siirretään kolmannelle sektorille, sitä enemmän toimintaan varmasti tulee mukaan byrokraattisuutta, tuottavuutta ja suoritteita. Kaikki nämä sotivat A-kiltojen periaatteita vastaan. Toivon, että A-killat pystyvät myös tulevaisuudessa pitämään kiinni omista arvoistaan.

Päihdeongelmaa yleensä piilotellaan mahdollisimman pitkälle. Ennen kuin asiaan puututaan ja päihdeongelmainen itse havahtuu ongelmaansa voi tilanne olla jo pitkälle edennyt ja vaikea. A-kiltalaisten ikääntyneiden määrä kertoo osaltaan siitä, että ongelmiin havahdutaan vasta myöhemmällä iällä. Yleensä päihdeongelma on jatkunut jo vuosia, ellei vuosikymmeniä. Yhteiskunnassamme puhutaan paljon siitä, miten päihdeongelmat tulisi ottaa esille mahdollisimman varhaisessa vaiheessa. Työpaikoilla, päiväkodeissa, kouluissa, naapurustossa ja sukuyhteisön kesken tulisi ottaa huoli puheeksi heti kun sellaisen havaitsee. Toimimmeko käytännössä näin vai onko varhainen puuttuminen vain kaunista sanahelinää?

Etelä-Saimaan A-kiltaa vaivaa sama resurssipula kuin nykyään monen muunkin sosiaali- ja terveysalan toimijan keskuudessa. Vapaaehtoisuuteen perustuvilla toiminnanmuodoilla resurssikysymys leijuu aina ilmassa. Monet vapaaehtois-toimijat, kuten myös Etelä-Saimaan A-kilta, saa rahoituksensa kunnilta tai valtiolta sekä erilaisilta lahjoittajilta, joista Suomessa tunnetuimpana mainittakoon Raha-automaattiyhdistys. Mielenkiintoista on myös tutkimuksessa ilmennyt vapaaehtoistoimijuuden väheneminen. Ihmisillä ei näytä olevan enää niin paljoa kiinnostusta vapaaehtoisena toimimiseen kuin ennen.

Tutkimuksessa ilmeni yhtenä haasteena ikääntyvien A-kiltatoimijoiden ja nuorten päihdekuntoutujien välinen kuilu. Jatkotutkimuksissa voisi keskittyä haastattelemaan nimenomaan nuoria A-kiltalaisia ja mahdollisesti toiminnasta kiinnostuneita nuoria siitä, millaista toimintaa he odottaisivat A-killalta. Kaiken kaikkiaan tämän tutkimuksen tulokset vahvistivat omaa käsitystäni A-kiltatoiminnasta. Omat havainnointini opinnäytetyöprosessin aikana ja toimin-

nassa muuten mukana olleena tukevat tutkimuksesta saatuja tuloksia. Yllättävää oli se, että suhteellisen pienellä tutkimuksella sain tuotua keskeisimmät asiat hyvin esille liittyen A-kiltatoimintaan.

## LÄHTEET

A-kiltojen liitto ry. 2010. <http://www.a-kilta.fi> (Luettu 19.11.2010)

Etelä-Saimaan A-kilta ry:n toimintakertomus 2010.

Etelä- Saimaan A-kilta ry. 2011. <http://www.elisanet.fi/es-akilta/> Luettu 27.8.2011

Holm, J., Huuskonen, P., Jyrkämä, O., Karnell, S., Laimio, A., Lehtinen, I., Myllymaa, T. & Vahtivaara, J.-M. 2010. Vertaistoiminta kannattaa. Helsinki. Asu-mispalvelusäätiö ASPA. [www.kansalaisareena.fi/Vertaistoiminta\\_kannattaa.pdf](http://www.kansalaisareena.fi/Vertaistoiminta_kannattaa.pdf) (Luettu 27.8.2011)

Holmberg, J. 2010. Päihderiippuvuudesta elämänhallintaan. Helsinki: Edita Publishing Oy.

Koski-Jännes, A. 1998. Miten riippuvuus voitetaan. Helsinki: Otava.

Lappalainen-Lehto, R., Romu, M.-L. & Taskinen, M. 2008. Haasteena päihteet. Ammatillisen päihdetyön perusteita. Helsinki.

Mäkelä, P., Mustonen H. & Tigerstedt, C. 2010. Suomi juo. Suomalaisten alkoholinkäyttö ja sen seuraukset 1968-2008. Helsinki. Terveystieteiden tutkimuskeskus. <http://www.thl.fi/thl-client/pdfs/371e1e08-9bc1-47ea-81aa-68b04f27088c> (Luettu 19.11.2010)

Nylund, M. & Yeung, A. 2005. Vapaaehtoistoiminta. Anti, arvot ja osallisuus. Tampere: Vastapaino.

Päihdehuoltolaki 17.1.1986/41

<http://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/1986/19860041?search%5Btype%5D=pika&search%5Bpika%5D=p%C3%A4ihde%2A> (Luettu 21.11.2010)

Rajala, J. 2008. Selvästi parempi. A-kiltojen Liitto 40 vuotta 1968-2008. Tampere.

Romppanen, P. 2005. Katsaus kuntien päihdestrategioihin. Sosiaali- ja terveysalan tutkimus- ja kehittämiskeskus. Raportteja 2/2005. Helsinki.

Ruisniemi, A. 2006. Minäkuvan muutos päihderiippuvuudesta toipumisessa. Tutkimus yhteisöllisestä päihdekuntoutuksesta. Tampereen yliopisto. Väitöskirja.

Sosiaali- ja terveysturvan keskusliitto 2010. Tiedote 19.4.2010.

[http://www.stkl.fi/tiedote\\_19.4.2010.html](http://www.stkl.fi/tiedote_19.4.2010.html) (Luettu 19.11.2010)

Sosiaali- ja terveysministeriö. 2010. Päihdepalvelujen laatusuosituksien oppaata 2002:3. <http://pre20031103.stm.fi/suomi/pao/paihdepalvelu/osa3.htm#3> : (Luettu 19.11.2010)

Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. 2010a. Tilastot ja rekisterit. Taskumatti.  
<http://www.stakes.fi/FI/tilastot/aiheittain/Paihteet/taskumatti.htm> (Luettu 19.11.2010)

Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. 2010b. Päihdetilastollinen vuosikirja. Alkoholi ja huumeet.

Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. 2011a. Päihdetyö. Neuvoa antavat.  
[http://neuvoa-antavat.stakes.fi/FI/kehittaminen/paihdehoito/vertaistuen\\_toimintamuotoja.htm](http://neuvoa-antavat.stakes.fi/FI/kehittaminen/paihdehoito/vertaistuen_toimintamuotoja.htm)  
Luettu 27.8.2011

Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. 2011b. Tutkimus ja kehittäminen. Ohjelmat. Alkoholiohjelma. [http://www.thl.fi/fi\\_FI/web/fi/tutkimus/ohjelmat/alkoholiohjelma](http://www.thl.fi/fi_FI/web/fi/tutkimus/ohjelmat/alkoholiohjelma)  
Luettu 18.10.2011

Tuomi, J. & Sarajärvi A. 2009. Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi. Helsinki: Tammi.

Vuori-Klemilä, A., Stengård, E., Saarelainen, R. & Annala, T. 2007. Mielenterveys- ja päihdetyö: yhteistyötä ja kumppanuutta. Helsinki: WSOY.



Kevät 2011

Sosiaali- ja terveysala

SAATE

Hei Etelä-Saimaan A-kilta ry:n jäsenet!

Olen tekemässä opinnäytetyötä liittyen Etelä-Saimaan A-kilta ry:n toimintaan. Opinnäytetyön tarkoituksena on selvittää, miten Etelä-Saimaan A-kilta ry:n toiminta tukee päihdekuntoutujaa ja miten toimintaa tulisi kehittää, jotta se tukisi päihdekuntoutujaa paremmin.

Toimintaan osallistuneiden ja päihdekuntoutujan näkökulman esille saamiseksi on todella tärkeää, että saisin teitä Etelä-Saimaan A-kilta ry:n toimintaan osallistuneita ihmisiä haastateltavakseni. Opinnäytetyöni liittyy sosionomi amk-opintoihin, joita suoritan Saimaan ammattikorkeakoulussa sosiaali- ja terveysalan yksikössä Lappeenrannassa.

Haastattelut järjestetään Etelä-Saimaan A-kilta ry:n tiloissa. Yksi haastattelu vie aikaa arviolta puolesta tunnista tuntiin. Etelä-Saimaan A-kilta ry voi käyttää tutkimukseni tuloksia kehittäessään toimintaansa tai esimerkiksi hakiessaan taloudellista tukea toiminnalleen.

Opinnäytetyöhöni osallistuva henkilö voi halutessaan keskeyttää osallistumisensa missä tutkimuksen vaiheessa tahansa. Haastatteluun osallistuminen on täysin vapaaehtoista. Haastatteluun osallistuvien henkilötiedot eivät tule julki missään tutkimuksen vaiheessa ja haastateltavat pysyvät nimettöminä. Jokainen haastattelu nauhoitetaan, jonka jälkeen ne kirjoitetaan puhtaaksi ja valitaan tutkimuksen kannalta olennaiset osat käytettäväksi tutkimuksessa.

Jokaiselta haastatteluun osallistuvalla henkilöllä pyydetään erillinen suostumus tutkimukseen osallistumiseen ennen haastattelua.

---

Anni Leminen  
Leirikatu 2B6  
53600 Lappeenranta  
puh. 050-3382325  
email: anni.leminen@student.saimia.fi

## **Haastattelurunko**

### **Taustatiedot:**

Ikä

Sukupuoli

Miten kauan päihteet ovat liittyneet elämääsi?

Missä vaiheessa huomasit (huomasiko joku muu) päihteiden käytön olevan liiallista?

Mikä/millainen oli ensimmäinen kosketuksesi palvelujärjestelmään? Miten löysit/ohjautuit tuen ja avun piiriin?

### **Päihteiden käytön vaikutukset:**

Millaisia muutoksia havaitsit ihmissuhteissasi päihteiden käytön myötä? (Esim. perhesuhteet, parisuhde, ystävyysuhteet jne.)

Entä millaisia muutoksia havaitsit itsessäsi ja omassa käyttäytymisessäsi?

Miten koit/koet muiden ihmisten suhtautumisen liialliseen päihteiden käyttöön?

Ovatko päihteet edelleen osa elämääsi?

Miten kauan olet ollut raittiina?

Mitkä asiat auttoivat sinua vähentämään juomista/pysymään raittiina?

Miten elämäsi on muuttunut raittiina oloaikana?

### **A-kiltatoimintaan osallistuminen:**

Milloin kuultit ensimmäisen kerran A-killan toiminnasta? Milloin osallistuit A-killan toimintaan ensimmäisen kerran?

Millainen ensivaikutelma sinulla oli A-killan toiminnasta? Mitä lähdit sieltä hakemaan?



Mitkä asiat saivat sinut tulemaan uudestaan A-kiltaan, mikä toiminnassa houkutteli?

Mitä hyötyä A-killan toiminnasta on mielestäsi päihdekuntoutujalle?

Mitä A-killan toiminnassa on sellaista, mistä on hyötyä sinulle itsellesi? Mitä olet saanut A-killasta?

Minkälaiseen toimintaan olet osallistunut? (Tapahtumat, päivätoiminta...)

Miten A-kiltatoiminnan arvot mielestäsi toteutuvat toiminnassa?

- Kokemuksellisuus (vertaistuki) Miten olet kokenut vertaistuen merkityksen A-killassa? Miten se on auttanut sinua?
- Yhteistoiminta (yhteistyö muiden päihdepalvelujen kanssa)
- Päihteettömyys
- Vapaaehtoisuus
- Toiminnallisuus
- Yhteisöllisyys (toisia tukeva ja kannustava ilmapiiri)

Miten saamasi tuki/A-killan toimintaan osallistuminen on vaikuttanut päihteiden käyttöösi? Mitä kaipaisit toimintaan enemmän? Miten kehittäisit A-kiltatoimintaa?